For Women Only

Author of the Bestselling **For Men Only**

Shaunti Feldhahn

Bí ẩn nam giới

Để tình yêu nồng thắm và thăng hoa

NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP TP. HỒ CHÍ MINH

First News

Duong Kobo's Book Club

Tủ sách Kỹ thuật số
dành cho
Kindle & Kobo

SCAN TO JOIN

Tặng Jeff

Người bạn, người tôi yêu!

Lời giới thiệu

Không ít lần khi đang ở bên anh ấy, bạn tự hỏi: "Chàng đang nghĩ gì trong đầu thế nhỉ?". Ngay từ những ngày đầu quen nhau, phụ nữ đã có khuynh hướng tìm hiểu tại sao "người ấy" lại có những hành vi thế này, thế kia. Thực ra, nhiều chị em đã lập gia đình khá lâu cũng chỉ mới hiểu ở phần bề mặt những suy nghĩ và hành vi của chồng mình. Bởi vì, bên dưới vẻ bề ngoài mạnh mẽ đầy nam tính của các đấng mày râu là một địa hình muôn phần gồ ghề, lởm chởm mà không hề có "biển báo" nào cả!

Vì thế, những chia sẻ sâu sắc của Shaunti Feldhahn qua các khảo sát thực tế về những "bí mật" trong nội tâm của nam giới sẽ giúp bạn "đọc" được suy nghĩ và cảm xúc của những người đàn ông xung quanh bạn - người yêu, anh em trai, các cậu con trai và đặc biệt là chồng của bạn trong hầu hết mọi tình huống của cuộc sống.

Vâng, đàn ông luôn muốn được người phụ nữ của mình thấu hiểu, nhưng họ "sợ chết khiếp" khi phải thú nhận những gì đang diễn ra trong đầu họ... Chắc chắn bạn sẽ phải bật cười trước những ý nghĩ "ngộ nghĩnh" của đàn ông, bạn sẽ phải thốt lên "Ồ ồ ồ! Ra là thế!"... vì những phát hiện mới mẻ về cách nghĩ và hành động của nam giới trong tình yêu, hôn nhân gia đình và cả những mối quan hệ xã hội khác.

Với giọng văn dí dỏm, yêu thương và đầy tâm lý, Shaunti sẽ cùng bạn bước vào thế giới nội tâm đầy bí ẩn thú vị của đàn ông để khám phá những điều sâu kín nhất trong tâm hồn của họ. Quyển sách này sẽ giúp bạn hiểu họ hơn để nuôi dưỡng và làm thăng hoa tình yêu của các bạn; và, điều quan trọng nhất là để bạn hiểu rằng: Anh ấy yêu bạn biết bao!

- First News

Chương 1
SÁNG RA NHỜ HIỂU BIẾT HƠN

Nhờ đâu tôi hiểu rõ hơn về anh ấy?

Nửa số người trên hành tinh này đều biết rõ những gì bạn sắp đọc trong quyển sách này.

Chúng tôi là một đôi vợ chồng sơn sống ở Manhattan. Cũng như bao người dân New York khác, tôi với chồng thường hay đi bách bộ với nhau. Chẳng bao lâu, tôi bỗng nhận ra một điều là lạ, đó là thi thoảng, khi chúng tôi đang sánh bước bên nhau tay trong tay thì đột nhiên Jeff phóng tầm mắt nhìn đi đâu đó. Nhiều lúc đang xem những người chơi trượt ván trong công viên hoặc trong khi chờ băng qua đường, anh ấy cũng hay nhìn đâu đó… trên trời. Tôi tự hỏi không biết có gì hay ho hấp dẫn trên nóc mấy tòa nhà mà anh ấy lại ngó nghiêng như thế?

Đúng là có một điều gì đó đang diễn ra, nhưng không phải trên nóc những tòa nhà kia!

Có bao giờ bạn cảm thấy hoàn toàn khó hiểu trước những lời nói hay hành động của anh ấy, người đàn ông của đời mình, hay không? Có bao giờ khi nhìn anh ấy quay ngoắt bỏ đi, bạn tự hỏi tại sao anh ấy lại giận dữ đến như vậy không? Có bao giờ bạn băn khoăn tại sao anh ấy luôn khăng khăng cố chấp mỗi khi bạn đề nghị anh ấy bớt chúi đầu vào công việc? Có, đúng không? Tôi cũng không khác gì bạn.

Ngay lúc này đây, sau khi đã phỏng vấn và trò chuyện với hàng ngàn người đàn ông, tôi có thể trả lời với bạn rằng nguyên nhân đằng sau những hành động, những lời nói khiến bạn phải băn khoăn, bối rối ấy có liên quan sâu sắc đến những điều đang diễn ra trong thế giới nội tâm của anh ấy. Và trong hầu hết các trường

hợp, anh ấy mong muốn và vẫn nghĩ là bạn hiểu được tại sao. Vì vậy, trong quyển sách này tôi sẽ chia sẻ với bạn những kinh nghiệm quý giá mà mình đã rút ra được từ các cuộc phỏng vấn, trò chuyện ấy. Tôi đảm bảo rằng bạn sẽ vỡ ra nhiều điều tưởng như rất bình thường, bình thường đến mức bạn đã không bao giờ nghĩ đến!

Tôi có thể trả lời với bạn rằng nguyên nhân đằng sau những hành động, những lời nói khiến bạn phải băn khoăn, bối rối ấy có liên quan sâu sắc đến những điều đang diễn ra trong thế giới nội tâm của anh ấy.

NGỌN NGUỒN CÂU CHUYỆN...

Để tôi nói cho bạn nghe vì sao tôi lại viết quyển sách này. Tất cả là do nhu cầu nghiên cứu để viết quyển tiểu thuyết thứ hai của tôi, những Ánh Đèn Trên Đại Lộ Số 10. Một trong những nhân vật chính của tác phẩm này là một người chồng, người cha tận tụy và tử tế. Và vì muốn xây dựng thế giới nội tâm của nhân vật này càng giống với những người đàn ông ngoài đời càng nhiều càng tốt nên tôi đã tiến hành phỏng vấn chồng mình là Jeff cùng một số bạn bè khác phái để tham khảo ý kiến.

Thế nhưng, phải mất một thời gian khá lâu tôi mới hết ngỡ ngàng trước những điều tôi vừa khám phá ra. Tận sâu trong nội tâm nhân vật của tôi diễn ra một cuộc đấu tranh thầm kín giữa hai vấn đề: một mặt anh ta rất yêu vợ con và kính Chúa, một mặt anh ta lại rất thích ngắm nhìn những người đẹp và không ngừng vật lộn một cách khổ sở với tư tưởng của mình. Đó là một cuộc đấu tranh diễn ra từng giây từng phút, từng ngày từng giờ khi xã hội hiện đại không ngừng phô bày ra trước mắt anh ta đầy những cám dỗ ở khắp mọi nơi, từ mạng internet đến mọi ngóc ngách, ngả đường, góc phố nơi các đôi chân dài quyến rũ vô tư dạo bước.

Ngạc nhiên thay, kết quả phỏng vấn cho thấy mọi đàn ông trên đời này đều chẳng khác gì nhân vật trong truyện của tôi, kể cả Jeff thân thương "ngoan hiền" của tôi. Khám phá đó đã dẫn đến nhiều khám phá khác. Đồng thời, hàng trăm cuộc phỏng vấn qua email lẫn nói chuyện trực tiếp với nhiều người đàn ông đã cho tôi những thông tin quý giá tạo nên phần cốt lõi của quyển sách mà bạn đang cầm trên tay. Tôi đã gặp gỡ, trò chuyện với bạn bè trên bàn ăn, với những người lạ mặt trong siêu thị, nhà sách, với những ông bố trong nhà thờ và với những cậu sinh viên độc thân ngồi cạnh trên máy bay. Tôi đã phỏng vấn những vị giám đốc điều hành, các luật sư, mục sư, kỹ sư, nhà quản lý doanh nghiệp, nhân

viên an ninh ở Cotsco - tập đoàn bán lẻ đứng thứ 5 ở Mỹ và cả những anh chàng bán hàng ở các tiệm cà phê Starbuck. Thậm chí, tôi còn phỏng vấn cả một nam ca sĩ opera chuyên nghiệp. Phải nói rằng, không một quý ông nào không có những điều đáng để chị em phụ nữ chúng ta thắc mắc!

SÁNG RA NHỜ HIỂU BIẾT HƠN!

Hóa ra, tận sâu trong tâm thức những người đàn ông này đều có chung một mối dây chứa đựng những lo lắng, những nhu cầu và cảm nhận giống nhau đến mức kỳ lạ!

những gì tôi vừa khám phá ra chính là những điều mà anh ấy luôn mong tôi tự hiểu về anh ấy, những lời không biết làm thế nào để giải thích với tôi.

Tôi bỗng nhận ra rằng có rất nhiều thứ tôi vẫn nghĩ mình đã hiểu rõ về nam giới nhưng hóa ra là trong một số lĩnh vực nhất định, tôi chỉ hiểu biết ở mức độ bề mặt mà thôi. Tôi có cảm giác như đầu óc mình chợt sáng ra với những kiến thức thật mới mẻ này.

Những gì tôi vừa khám phá ra chính là những điều mà anh ấy luôn mong tôi tự hiểu về anh ấy, nhưng lại không biết làm thế nào để giải thích với tôi. Và đó là điệp khúc luôn được lặp đi lặp lại trong các cuộc trò chuyện của tôi với những người đàn ông khác nhau. Mặc dù tôi đã, đang và sẽ còn mắc nhiều sai lầm trong mối quan hệ đối với chồng mình, nhưng một khi đã nắm bắt được những suy nghĩ này của nam giới, tôi hy vọng mình sẽ biết cách trân trọng và hỗ trợ anh ấy nhiều hơn trong cuộc sống, đúng với những gì anh ấy vẫn mong đợi ở tôi.

Và tôi mong rằng bạn cũng sẽ có cảm giác "sáng ra nhờ hiểu biết hơn" khi đọc xong quyển sách này. Đó chính là mục đích và thiện ý duy nhất của tôi khi viết quyển sách này, như một lời chia sẻ nhẹ nhàng và hữu hiệu với các chị em yêu quý của tôi.

Ai cũng biết rằng, đàn ông "yêu bằng mắt". Thế những, ý nghĩa thực sự của câu nói đó là gì, bạn có biết không?

VÌ SAO BẠN SẼ PHẢI NGẠC NHIÊN?

Quả thật, tôi ngạc nhiên khi thấy mình đã bị... ngạc nhiên đến thế! Phụ nữ chúng ta thường nghĩ rằng mình đang "đi guốc trong bụng" cánh mày râu, ai cũng biết rằng, đàn ông "yêu bằng mắt". Thế nhưng, ý nghĩa thực sự của câu nói đó là gì thì bạn có biết không?

Vâng, ý nghĩa thực mới chính là chìa khóa của vấn đề. Nó giúp bạn trở thành một người yêu, người vợ hoặc người mẹ tốt hơn. Lấy ví dụ về việc "đàn ông yêu bằng mắt". Tuy ai cũng hiểu một cách nôm na rằng đàn ông chỉ quan tâm đến sắc đẹp, vẻ bề ngoài của một cô gái nhưng mấy ai biết được rằng những hình ảnh quyến rũ không mất đi mà sẽ xuất hiện trở lại như một quả bom và tấn công tâm trí họ ngay ngày hôm sau. Đó là một sự khác biệt rất lớn! Cũng như giữa chuyện bạn cứ tự hỏi vô vọng về những gì đang diễn ra trong đầu anh ấy và chuyện hiểu được đàn ông thực sự nghĩ gì trong thực tế là hai chuyện hoàn toàn khác xa nhau. Chỉ khi hiểu được những tâm tư, tình cảm thực của họ, bạn mới có thể biết được chuyện gì đang diễn ra trong đầu họ, chia sẻ và giúp đỡ họ một cách hiệu quả hơn.

Trên thực tế, khi tiến hành cuộc nghiên cứu này, tôi liên tục bị "ngạc nhiên đến ngạc nhiên"! Khi nói chuyện với đàn ông và đưa ra một kết luận nào đó, họ thường bảo tôi: "Ủa, tôi tưởng chuyện này phụ nữ phải biết chứ… Chắc chắn là họ phải biết điều đó!". Thường thì tôi trả lời họ rằng: "À, ra thế. Vậy mà tôi không biết!". Từ đó, tôi nhận ra rằng có rất nhiều điều ở đàn ông mà phụ nữ chúng ta chưa hiểu, trong khi đó họ lại nghĩ rằng phụ nữ chúng ta đã biết tất cả. Chính điều đó đã gây nên vô số mâu thuẫn cho mối quan hệ trong cuộc sống hàng ngày.

7 KHÁM PHÁ CƠ BẢN

Sau đây là bảy khám phá cơ bản mà tôi sẽ tuần tự trình bày với bạn, đi từ "độ-nông-giả-thiết" đến "độ- sâu-thực-tế" mà bạn cũng như tôi chưa bao giờ nhận ra trước đây.

Cũng giống như tất cả chúng ta, thế giới nội tâm của đàn ông như một cái túi chứa đựng những yếu tố khác nhau được đan quyện bên trong. Bạn không thể nào chỉ tìm hiểu một phần thế giới nội tâm đó trong mối quan hệ nam nữ, vợ chồng hay mẹ con với họ bởi lĩnh vực này có ảnh hưởng đến lĩnh vực khác và ngược lại. Trong quyển sách này, tôi chỉ đề cập đến một số lĩnh vực mà tôi cho rằng chúng có ý nghĩa quan trọng và hữu ích nhất cho bạn trong việc duy trì và phát triển mối quan hệ tốt đẹp với người đàn ông của mình.

Khảo sát

Những khám phá này đều dựa trên bằng chứng thu được từ cuộc khảo sát chuyên môn trên hàng trăm người đàn ông khác nhau.

Cách hiểu theo bề mặt		Cách hiểu đúng theo thực tế
- "Đàn ông cần sự tôn trọng."	→	- Đàn ông thà không được yêu chứ không để bị coi thường và đánh giá thấp.
- "Đàn ông dễ dao động."	→	- Mặc cho vẻ bề ngoài đầy "uy quyền", đàn ông thường cảm thấy mình đang lừa dối mọi người và rất sợ bị phát hiện ra những điểm khiếm khuyết, yếu kém.
- "Đàn ông là người chu cấp."	→	- Ngay cả khi tự bạn đủ khả năng lo cho gia đình, anh ấy vẫn cảm thấy gánh nặng đè nặng lên vai mình.
- "Đàn ông luôn đòi hỏi tình dục nhiều hơn."	→	- Nhu cầu tình dục của bạn đối với chồng ảnh hưởng đến ý thức của anh ấy về bản thân và sự tự tin trong mọi khía cạnh của cuộc sống.

- "Đàn ông yêu bằng mắt."		- Ngay cả những người đàn ông hạnh phúc trong hôn nhân vẫn bị lôi cuốn bởi những "hình bóng" hấp dẫn và thế giới sôi động bên ngoài.
- "Đàn ông như những cục đất khô cứng, chẳng biết lãng mạn là gì."	→	- Thực ra, hầu hết đàn ông đều thích sự lãng mạn (theo những cách khác nhau) và thích tỏ ra lãng mạn. Nhưng họ ngại bày tỏ vì sợ thất bại.
- "Đàn ông trọng hình thức."	→	- Bạn không cần phải là một người mẫu, nhưng anh ấy muốn bạn phải biết quan tâm, chăm sóc đến bản thân mình. Và anh ấy sẵn lòng chịu tốn kém hoặc hy sinh để giúp bạn thực hiện điều đó.

Do chưa hề thấy kết quả khảo sát nào như thế trước đây nên tôi đã nhờ Chuck Cowan thuộc Analytic Focus, người từng là Trưởng nhóm Khảo sát của Cục Điều tra Dân số Hoa Kỳ, và Cindy Ford cùng nhóm nghiên cứu của Decision Analyst hỗ trợ thực hiện cuộc khảo sát này. Chúng tôi đã tiến hành cuộc khảo sát theo phương thức ngẫu nhiên, không nêu danh tánh và dựa trên một kế hoạch rất tỉ mỉ. Bốn trăm người đàn ông ở khắp mọi miền nước Mỹ trong độ tuổi từ 21 đến 75 được yêu cầu trả lời 24 câu hỏi liên quan đến suy nghĩ, cảm nhận và nhu cầu của bản thân.

Sau đó, vì kết quả thu được dẫn đến một số vấn đề khác nên tôi đã tiến hành thêm vài cuộc khảo sát bổ sung trên bốn trăm người đàn ông khác (giấu tên), đặc biệt là những con chiên ngoan đạo.

Ngạc nhiên thay, kết quả thu được từ các cuộc khảo sát này chẳng khác nhau là mấy!

Sau tất cả các cuộc khảo sát, tôi đi đến kết luận là những cuộc phỏng vấn của tôi hoàn toàn có cơ sở. Không chỉ bản thân tôi đã nghe đi nghe lại hàng trăm lần những vấn đề như nhau (mà tôi sẽ trích dẫn trong các trang sau) mà chính những kết quả khảo sát cũng khẳng định điều đó hẳn hoi. Rõ ràng, những người tôi phỏng vấn không hề cá biệt so với nam giới nói chung trên hành tinh này!

Chính những kết quả khảo sát cũng khẳng định điều đó hẳn hoi. Rõ ràng, những người mà tôi phỏng vấn không hề cá biệt so với nam giới nói chung trên hành tinh này!

Cuối cùng, những người đàn ông mà tôi đã trò chuyện và gửi câu hỏi phỏng vấn đều tỏ ra rất trung thực và rõ ràng khi nói đến những vấn đề cá nhân. Nhân đây, tôi cũng xin được gửi lời cảm ơn đến tất cả những ai là nam giới, cho dù bạn là bất cứ ai.

những NGUYÊN TẮC CƠ BẢN TRƯỚC KHI BẮT ĐẦU CUỘC KHÁM PHÁ

Tôi biết bạn đang nôn nao lật tiếp trang sách, nhưng trước khi tiếp tục khám phá thế giới nội tâm của đàn ông, mong bạn hãy ghi nhớ những nguyên tắc cơ bản này:

- Thứ nhất, nếu bạn hy vọng tìm được những bằng chứng cho thấy chồng bạn là người quá tệ từ quyển sách này thì bạn có thể dừng đọc ở đây. Bởi vì, tôi trân trọng những người đàn ông đã chia sẻ tâm tình, suy nghĩ chân thành của họ với tôi và mục đích của tôi khi chia sẻ những điều đã ghi chép và nghe được với chị em phụ nữ là để chúng ta có thể thông hiểu và tôn trọng những điểm khác biệt giữa hai phái.

- Thứ hai, đây không phải là cẩm nang khắc phục sự khác biệt giữa nam giới và phụ nữ, cũng như tôi không hề có ý định mách nhỏ với người đàn ông của bạn nên cư xử với bạn thế nào cho phải. Phải, vì tuy rằng phụ nữ chúng ta cũng có những nhu cầu nhất định (một số đó sẽ được tôi đề cập đến trong các trang sau) nhưng mục đích của quyển sách này là tìm hiểu về thế giới nội tâm của nam giới và số lượng trang sách cũng có hạn, do đó tôi chỉ tập trung vào vấn đề chúng ta nên tiếp cận và hiểu đàn ông thế nào cho đúng.

- Thứ ba, bạn cần nhớ rằng nguyên tắc nào cũng có ngoại lệ đi

kèm. Khi tôi nói: "hầu hết nam giới" thì có nghĩa là không phải tất cả nam giới đều như thế. Tôi luôn cố gắng tìm lấy đáp số chung của nam giới nhưng dĩ nhiên vẫn luôn có những ngoại lệ. Và một trong những lý do khiến tôi đã tiến hành cuộc khảo sát chuyên môn là nhằm để xác định đâu là ngoại lệ, đâu là thông thường.

- Thứ tư, tôi chỉ đề cập đến những suy nghĩ nội tâm của nam giới, chứ không phải những gì họ đang biểu thị ra bên ngoài. Và vì số lượng trang sách có hạn nên tôi không thể dành quá nhiều thời gian cho một vấn đề nhất định nào đó; tuy vậy, bạn có thể tìm hiểu thêm ở trang web www.4-womanonly.com, kể cả thông tin về toàn bộ cuộc khảo sát.

- Thứ năm, tôi cũng xin nói trước với bạn rằng, một số quan điểm được khám phá trong quyển sách này có thể khiến bạn phật ý vì chúng ảnh hưởng đến cái nhìn của bạn về nam giới và về bản thân chúng ta trước đây. Bản thân tôi cũng rất muốn được bỏ qua những vấn đề đó, nhưng bởi mục đích của tôi là khám phá và ghi nhận lại những suy nghĩ thầm kín mà nam giới thường không muốn hoặc không thể nói trực tiếp với phái đẹp nên thiết nghĩ, tôi cũng nên thành thật và thẳng thắn với bạn bằng cách trình bày tất cả. Vì vậy, tôi mong bạn hãy thông cảm và chia sẻ với tôi những quan điểm này.

Nhưng bạn cũng cần nhớ rằng, thật ra những vấn đề đó cũng chẳng có liên quan gì đến chị em phụ nữ chúng ta. Chẳng qua vì đó là tính cách và suy nghĩ của nam giới mà thôi. Chính vì thế, chúng ta lại càng nên trân trọng những quan điểm đó hơn. Bởi vì chính nhờ họ "nam giới" như thế mà chúng ta mới yêu họ!

Càng hiểu người đàn ông của mình nhiều hơn, bạn càng có thể hỗ trợ và yêu anh ấy nhiều hơn đúng theo mong mỏi của anh ấy.

- Cuối cùng và cũng là điều quan trọng nhất chính là, tôi hy vọng quyển sách này không chỉ giúp bạn khám phá ra những bí mật tuyệt vời. Bởi càng hiểu người đàn ông của mình nhiều hơn, bạn càng có thể hỗ trợ và yêu anh ấy nhiều hơn đúng theo mong mỏi của anh ấy. Nói một cách khác, những khám phá này sẽ giúp phụ nữ chúng ta thay đổi và tiến bộ hơn.

Vì vậy, hãy đọc tiếp đi, người bạn gái của tôi. Để chúng ta cùng bắt đầu cuộc hành trình đi vào thế giới gnội tâm của anh ấy!

Chương 2
CHỈ TÌNH YÊU THÔI, CHƯA ĐỦ!

Vì sao đối với anh ấy, sự tôn trọng còn có ý nghĩa hơn cả tình yêu?

Đàn ông thà sống cô đơn và không được yêu còn hơn là bị đánh giá thấp và xem thường.

Vào khoảng năm thứ hai đại học, tôi có tham dự một khóa học gọi là "Quan hệ tình cảm nam nữ". Chỉ riêng tên gọi này thôi cũng đã khiến bọn thanh niên chúng tôi háo hức. Riêng với tôi, khóa học đó đã ảnh hưởng sâu sắc đến tôi, đặc biệt là những hiểu biết của tôi về nam giới.

Ngay từ đầu, người hướng dẫn đã chia chúng tôi thành hai nhóm nam nữ riêng biệt.

- Các bạn nghe này, nếu phải chọn giữa việc làm người cô đơn, không được ai yêu với chuyện bị coi thường và đánh giá thấp, các bạn sẽ chọn điều nào? - Người hướng dẫn hỏi.

Tôi còn nhớ lúc đó mình đã nghĩ rằng: "Chọn lựa kiểu gì thế nhỉ? Trên đời này ai chẳng muốn được yêu thương?".

Người hướng dẫn bèn quay sang nhóm con trai và hỏi: - Này các anh, ai thà bị cô đơn và không được yêu nào?

Cả một rừng cánh tay giơ lên rào rào, trong khi đám con gái chúng tôi thở dài đánh thượt.

Khi người hướng dẫn hỏi ai chấp nhận bị đánh giá thấp và coi thường nhưng được yêu, bọn con gái chúng tôi ngạc nhiên khi nhìn thấy chỉ có lèo tèo vài ba cánh tay giơ lên.

Sau đó, đến lượt bọn con trai sửng sốt khi thấy đại đa số con gái

chúng tôi thà chọn bị đánh giá thấp và coi thường còn hơn là trở thành người cô đơn và không được yêu thương.

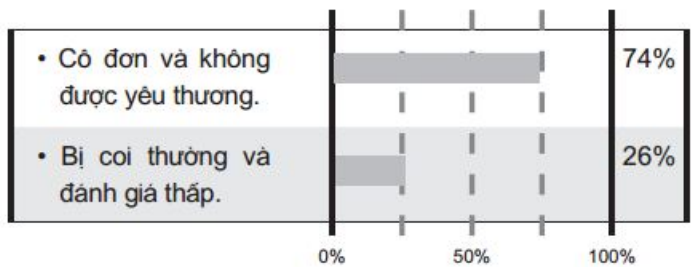
Người hướng dẫn hỏi nhóm con trai: "Ai thà chết không được yêu?". Ngay lập tức, một rừng cánh tay giơ lên.

ĐIỀU ĐÓ CÓ NGHĨA LÀ...

Tuy nghe có vẻ xa lạ với chị em phụ nữ chúng ta, nhưng nhu cầu được tôn trọng và khẳng định năng lực của nam giới, đặc biệt là từ nơi cô gái mà họ yêu mến, có ý nghĩa quan trọng đến mức họ thà chịu cô đơn và không được yêu thương còn hơn là bị coi thường và đánh giá thấp. Cuộc khảo sát cho thấy ba trong số bốn người đàn ông được hỏi đều cho biết họ sẽ chọn lựa như thế.

Mời bạn hãy xem kết quả khảo sát sau:

Câu hỏi: Giả sử nếu buộc phải lựa chọn giữa việc bị cô đơn, không được ai yêu mến với việc bị coi thường và đánh giá thấp, bạn sẽ chọn điều gì? Chọn một trong hai câu trả lời bên dưới.



Khi đưa ra các câu hỏi khảo sát, tôi lúng túng khi thấy nhiều anh chàng cứ phân vân mãi vì họ cho rằng "không được yêu đồng nghĩa với không được tôn trọng". Ban đầu, Chuck Cowan, chuyên gia lập bảng khảo sát đã cảnh báo tôi về khả năng này. Nhưng tại sao lại thế? Tôi tự hỏi. Rõ ràng, đó là hai chuyện hoàn toàn khác nhau kia mà? Khi đọc kết quả thu được từ một cuộc khảo sát ở mười người đàn ông, tôi nhận kèm một mẩu ghi chú: "Nhiều người chăm chăm vào câu hỏi này và cho rằng họ chẳng cảm thấy có gì khác biệt giữa hai chọn lựa".

Cuối cùng, tôi chợt "sáng ra": Điều đó có nghĩa là, người đàn ông sẽ không cảm thấy được yêu thương nếu họ không được tôn trọng. Hay nói cách khác, nếu muốn thể hiện tình yêu của mình theo cách anh ấy mong đợi, điều quan trọng nhất là hãy làm sao

để anh ấy luôn cảm thấy được bạn tôn trọng.

Thực tế buồn cười ở chỗ, hầu hết phái đẹp chúng ta đều tôn trọng người đàn ông của đời mình nhưng lại có những hành động và lời nói hoàn toàn trái ngược! Mỗi khi anh ấy đáp lời tệ hại, lòng dạ chúng ta lại rối bời và tự hỏi trong tuyệt vọng, mình đã nói gì thế này? Cộng thêm với việc đàn ông khó diễn đạt cảm xúc thành lời (chẳng hạn như, tại sao họ lại buồn), thế là bạn nhanh chóng bị kích động và dẫn đến tình trạng bực dọc, nản lòng.

LÀM SAO BIẾT ANH ẤY ĐANG CẢM THẤY BỊ COI THƯỜNG?

Đó có lẽ là điều mà bạn đang băn khoăn khi đọc đến đây. May thay, câu trả lời cũng không đến nỗi quá khó: bạn hãy căn cứ vào mức độ giận dữ của anh ấy.

Trước khi đi sâu vào chi tiết, tôi xin hỏi bạn một điều: khi xảy ra mâu thuẫn với anh ấy, bạn có thấy chuyện đau buồn và khóc lóc là chính đáng không? Có, đúng không nào? Hầu hết phụ nữ chúng ta đều trả lời như thế. Thế thì, để tôi hỏi bạn câu thứ hai: khi xảy ra mâu thuẫn với người yêu, người bạn đời của mình, bạn có thấy chuyện đàn ông giận dữ là chính đáng không? Nhiều chị em phụ nữ chúng ta lại cho rằng như thế là thiếu kiểm soát bản thân, là cư xử không đúng mực.

Thế nhưng, theo giáo sư Emerson Eggrichs, người sáng lập Tổ chức Love and Respect Ministries, thì điều này lại có một ý nghĩa hoàn toàn khác. “Khi xảy ra mâu thuẫn, hầu hết phụ nữ sẽ khóc vì cảm thấy không được yêu thương. Trong khi đó, nam giới sẽ tỏ ra giận dữ vì cảm thấy không được tôn trọng”.

Giận dữ là phản ứng phổ biến của nam giới khi cảm thấy không được tôn trọng.

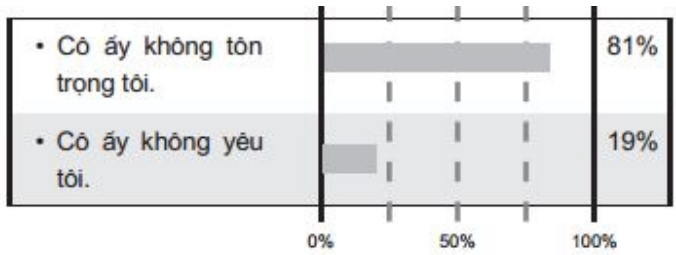
Khi một người đàn ông không thể diễn đạt tình cảm của mình trong cơn nóng giận, họ sẽ hiếm khi nào thốt lên thành lời rằng “Em đang thiếu tôn trọng anh!”.

Nhưng bạn hãy tin rằng, khi anh ấy tỏ ra giận dữ vì một lời nói hay hành động nào đó của bạn mà không hề giải thích nguyên nhân, thì trong đa số trường hợp đó là vì anh ấy cảm thấy không được tôn trọng.

Kết quả khảo sát của tôi cho thấy, hơn 80% đàn ông cho biết họ thường cảm thấy không được tôn trọng khi xảy ra mâu thuẫn trong quan hệ. Trong khi hầu hết phụ nữ lại than vãn rằng: “Anh

không hề yêu em!”.

Câu hỏi: Ngay cả những mối quan hệ lý tưởng nhất cũng gặp phải mâu thuẫn hàng ngày. Giữa lúc đang xung đột với vợ/người yêu, tôi thường cảm thấy (chọn một trong hai câu trả lời bên dưới):



TÔN TRỌNG VÔ ĐIỀU KIỆN

Cũng giống như bạn luôn mong anh ấy sẽ yêu bạn trọn đời một cách vô điều kiện, kể cả những khi bạn không hề đáng yêu, thì anh ấy cũng mong muốn bạn luôn thể hiện sự tôn trọng vô điều kiện đối với anh ấy, dẫu anh ấy có đáp ứng được những yêu cầu của bạn tại một thời điểm nào đó hay không.

Theo giáo sư Eggrichs: “con người ngày càng hướng đến một nền xã hội của tình yêu, đúng như Nhóm Beatles từng chia sẻ qua tựa đề bài hát ‘All You Need Is Love’ (Tình yêu là tất cả những gì bạn cần). Tình yêu là vô điều kiện, nhưng để được tôn trọng, bạn cần phải nỗ lực. Cũng vậy, những gì nam giới cần là sự tôn trọng vô điều kiện, nghĩa là họ được tôn trọng vì chính những gì bản thân họ có, chứ không liên quan đến những việc họ làm.

Vậy, người vợ nên tôn trọng người chồng và ngược lại, người chồng nên thể hiện tình yêu đối với vợ. Hôn nhân là đặt nhu cầu của người bạn đời lên trên nhu cầu của cá nhân và bạn cần phải chứng tỏ cho anh ấy biết rằng bạn sẽ luôn trân trọng và tin tưởng nơi anh ấy.

ĐÓ LÀ SỰ CHỌN LỰA TỰ NGUYỆN!

Điều quan trọng nhất cần có khi thể hiện sự tôn trọng đối với anh ấy chính là sự chọn lựa. Phải, đó là một sự chọn lựa hoàn toàn tự nguyện, cũng giống như bạn quyết định trao gửi lòng tin và niềm yêu kính đối với đấng linh thiêng trong tôn giáo của bạn vậy. Khi anh ấy thể hiện tình yêu đối với bạn, thậm chí anh ấy không thực sự muốn như thế ngay lúc đó, bạn cũng nên thể hiện sự tôn trọng

đối với anh ấy.

Khi anh ấy thể hiện tình yêu đối với bạn, thậm chí anh ấy không thực sự muốn thế ngay lúc đó, bạn cũng nên thể hiện sự tôn trọng đối với anh ấy.

SỰ TÔN TRỌNG CHỈ THẬT SỰ TỒN TẠI KHI BẠN THỂ HIỆN NÓ

Có lẽ bạn không tin, nhưng rất nhiều nam giới tham gia cuộc khảo sát của tôi cho biết tận sâu trong lòng họ vẫn biết rằng vợ hay người yêu của mình rất tôn trọng và đánh giá cao họ nhưng lại không hề nói ra. Ngay chính chồng tôi cũng nói thế này: "Tận sâu trong lòng, anh tin là em rất tôn trọng anh. Anh chỉ buồn là nhiều khi em không biết cách thể hiện sự tôn trọng đó, cũng như em không hề hiểu rằng việc khẳng định giá trị của cá nhân có ý nghĩa quan trọng như thế nào đối với đàn ông".

Khi bạn tôn trọng anh ấy nhưng lại không nói ra cũng giống như chuyện anh ấy yêu bạn nhưng chẳng bao giờ nói tiếng yêu bạn! Đó là một điều đáng tiếc và sẽ để lại những cảm giác rất tiêu cực, khiến cho người còn lại cảm thấy nản lòng, mòn mỏi vì cảm thấy không nhận được tình yêu cân xứng. Có một giai thoại vui trong đó người đàn ông nói rằng: "Tại sao tôi phải nói ra rằng tôi yêu vợ kia chứ? Hai mươi năm trước, lúc làm đám cưới trong nhà thờ tôi đã nói rồi mà?!". Bạn thấy nản lòng thế nào khi chồng bạn không hề nói lời yêu bạn thì anh ấy cũng sẽ cảm thấy đúng như thế nếu không nhận được những biểu hiện của sự tôn trọng từ phía bạn. Rõ ràng, đây là hai vấn đề hoàn toàn có thể giải quyết được nhằm giúp cho mối quan hệ của các bạn trở nên tốt đẹp hơn!

Cách đàn ông cảm nhận sự tôn trọng từ bạn khác với cách mà bạn cảm nhận sự yêu thương từ họ.

Tuy nhiên, cách mà người đàn ông cảm nhận sự tôn trọng từ bạn khác với cách mà bạn cảm nhận sự yêu thương từ họ. Hầu hết phụ nữ đều rất xúc động khi nghe câu: "Anh yêu em nhiều lắm!". Nhưng với nam giới, bạn không thể nào nói rằng: "Ôi, em tôn trọng anh vô cùng!". Câu mà họ cần nghe chính là: "Ôi, em rất tự hào về anh!" hoặc "Em tin tưởng ở anh!".

Thế nhưng, trong cuộc sống hàng ngày, chỉ vài lời như thế vẫn chưa đủ. Vậy thì, bạn còn phải làm những gì nữa? những ý kiến thu thập được từ cuộc khảo sát cho thấy có bốn nhu cầu chính sau đây:

NHU CẦU THỨ 1: TÔN TRỌNG NHẬN ĐỊNH CỦA ANH ẤY

Nam giới thực ra rất nhạy cảm và luôn mong muốn người yêu hoặc vợ của mình tôn trọng kiến thức, ý kiến và các quyết định của họ. Không ai muốn sống bên cạnh một người chỉ biết im lặng, nhưng đa phần đàn ông thường ao ước rằng vợ hoặc người yêu của mình đừng đặt những câu hỏi nghi ngờ về kiến thức hay tranh cãi về những quyết định của họ. Đó là một vấn đề không dễ thực hiện trong thời đại tự do hiện nay, thế nhưng được nghe và nhìn thấy sự tôn trọng của người bạn đời đối với nhận định của mình là một nhu cầu có thực của nam giới.

Nhìn lại bản thân, không phải lúc nào tôi cũng dễ dàng thể hiện sự tôn trọng đối với Jeff, chồng tôi. Chẳng hạn, tôi có thể cho Jeff thấy mình rất tôn trọng anh khi nhờ anh chỉ dẫn trong một đề tài nào đó. Nhưng đôi khi chuyện đó không dễ chút nào. Những lúc như vậy, tôi phải cố gắng hết sức để chiều theo ý Jeff khi muốn nắm quyền quyết định hoặc muốn chứng minh rằng mình đúng và tôi sẵn sàng tranh cãi vấn đề đến cùng!

Đa phần đàn ông thường ao ước rằng vợ hoặc người yêu của mình đừng đặt những câu hỏi nghi ngờ về kiến thức hay tranh cãi về những quyết định của họ.

Một số đàn ông thú nhận rằng họ có cảm giác ý kiến và quyết định của họ được đánh giá cao ở mọi nơi, trừ ở nhà. Vài người cho rằng thậm chí đồng nghiệp tin tưởng quyết định của họ còn hơn là vợ họ ở nhà. Ngoài ra, đồng nghiệp ít khi chỉ bảo họ phải làm gì (thay vào đó, đồng nghiệp hỏi ý kiến và cộng tác nhiệt tình với họ) trong khi các cô vợ ở nhà cứ lên lớp chồng cứ như thể họ là trẻ con.

Nhớ lại hồi mới cưới, thật đáng buồn là chính tôi cũng thường xuyên phạm phải sai lầm này. Cuối cùng, Jeff nói anh ấy cảm thấy mình cứ như một gã khờ khi tôi cứ xử sự như thế. Sau đó, tôi điều chỉnh bản thân và đã bỏ được cố tật của mình. Trong các cuộc khảo sát, nhiều đàn ông cho biết họ chỉ ước gì có thể nói thẳng với vợ mình là "hãy thể hiện rằng em tin tưởng vào khả năng ra quyết định của anh" - đó chính là dấu hiệu cho thấy:

"Anh không phải là gã ngốc!".

NHU CẦU THỨ 2: TÔN TRỌNG NĂNG LỰC CỦA ANH ẤY

Một vấn đề quan trọng đứng hàng thứ hai mà tôi thu nhận được từ kết quả khảo sát, đó là nam giới mong muốn, nếu không phải nói là có nhu cầu tự giải quyết các vấn đề. Và, mỗi khi thành công, họ có cảm giác như vừa lập được một kỳ tích đồng thời khẳng

định được bản lĩnh đàn ông của mình. Đôi khi, bạn cứ thấy anh ấy loay hoay tháo ra lắp vào đường ống nước máy giặt mà không tài nào hiểu được vì sao anh ấy lại phải mất thời gian đến thế, thay vì gọi một người thợ sửa ống nước đến là đã có thể giải quyết ngay sự cố. Thế nhưng với anh ấy, sự giúp đỡ đó của bạn chỉ có một ý nghĩa duy nhất: bạn không tin vào khả năng của anh ấy!

Dĩ nhiên, đôi khi thành ý của chị em phụ nữ chúng ta cũng không được toàn vẹn lắm. Quả thật, chúng ta không tin rằng "chàng" sẽ tự giải quyết được vấn đề. Một người đàn ông nọ từng nói rằng: "Ước gì vợ tôi tin tưởng vào những nhận định của tôi trong mọi chuyện hàng ngày. Phải chi cô ấy tin vào mọi khả năng của tôi trong cuộc sống, từ kiến thức, năng lực, kỹ năng sửa chữa vật dụng trong nhà... mà không tự giải quyết theo cách của cô ấy vì nghĩ rằng tôi không biết làm".

Rắc rối nằm ở chỗ, trong khi chị em chúng ta muốn giúp các đức lang quân của mình thì họ nghĩ gì? - Họ nghĩ: Chúng ta không tin tưởng ở họ!

Anh yêu, hay là mình hỏi người đi đường?

Hẳn bạn cũng từng nghe kể về sự bướng bỉnh của đàn ông, rằng họ thà lái xe lòng vòng tự tìm đường chứ nhất định không chịu dừng xe lại mà hỏi đường. Giả sử họ tìm được đường ra khỏi một khu rừng rậm bằng sự nhanh trí của bản thân và một tấm bản đồ tả tơi thì điều đó chẳng khác nào họ vừa chinh phục một trở ngại vô cùng to lớn.

Họ cảm thấy phấn khích vì có cơ hội khẳng định bản thân, được khích lệ và tự hào về sự tồn tại của mình.

Hãy tưởng tượng bạn là anh ấy, vậy thì bạn sẽ cảm thấy như thế nào khi nghe người vợ nói: "Anh ơi, hay là mình dừng lại và hỏi đường đi anh?". Anh ấy đang chuẩn bị bắt tay vào một cuộc chinh phục, thế mà bạn lại tỏ ra không hề tin tưởng vào khả năng của anh ấy! Mong bạn hãy nhớ một điều rằng, bất cứ người đàn ông nào cũng muốn người bạn đời tin tưởng nơi mình! Khi bạn đề nghị anh ấy dừng lại hỏi đường tức là bạn đã thẳng thừng cho thấy bạn không hề tin tưởng vào khả năng giải quyết vấn đề của anh ấy.

Hẳn bạn cũng đồng tình với tôi rằng: "Cô nói đúng, làm sao mà tin anh ấy được! Ai biết được anh ấy có tìm được đường ra khỏi khu rừng kia hay không?". Đấy! Bạn hẳn cũng từng có những suy nghĩ

như thế. Cái câu hỏi thường nhật "liệu mình có nên tin anh ấy không?" chỉ càng cho thấy bạn rất ít khi tin tưởng hoàn toàn vào khả năng của anh ấy. Khi nói chuyện với hàng chục người đàn ông khác nhau về đề tài tiêu biểu này, gần như tất cả đều đồng tình rằng, hãy để người đàn ông ấy tự tìm lối ra khỏi rừng. Bởi họ có cái lý của họ: "Anh không phải là một thằng ngốc! Nếu không nghĩ rằng mình có thể tìm được thì anh cố làm gì kia chứ?". Hoặc như một số khác thì cho rằng: "Có thể em nói đúng, có lẽ anh cũng chẳng biết mình đang đi đâu nữa. Nhưng chuyện này rất vui, nó thử thách anh. Và anh cũng không phải là một thằng ngốc. Anh có đồng hồ ngay trên bảng điều khiển đây này, anh biết khi nào trễ, khi nào thì chưa!".

Nhỏ nhưng có ý nghĩa lớn!

Có lẽ chúng ta không hề nhận ra rằng việc buộc phải tin tưởng vào người đàn ông của mình trong những chuyện nhỏ nhặt như vậy lại có ý nghĩa rất lớn đối với họ. Nhưng đó là sự thật. Thực ra, vì những điều đó không quan trọng đối với chúng ta nên chúng ta cũng không nhận thấy chúng quan trọng đối với họ. Chúng ta không hiểu rằng những phản ứng nho nhỏ của mình, hoặc tin tưởng hoặc không tin tưởng đối với họ, lại hàm ý biểu thị sự tôn trọng, tin cậy hoặc nghi ngờ khả năng của người đàn ông của họ.

Một người đàn ông thông thường sẽ suy nghĩ như thế này: Nếu như ngay cả những chuyện nhỏ nhặt như tìm đường mà cô ấy cũng không tin cậy mình thì làm sao cô ấy có thể tin tưởng ở mình trong những chuyện lớn hơn, chẳng hạn như vai trò làm chồng, làm cha? Chuyện nhỏ như thế mà cô ấy còn không tôn trọng mình thì có lẽ cô ấy chẳng hề tôn trọng mình trong chuyện nào cả.

Bởi thế, lần sau nếu anh ấy có chở bạn đi lòng vòng, hãy tự hỏi mình xem điều gì quan trọng hơn với bạn: đến nơi đúng giờ hay tạo cho anh ấy cảm giác được tin tưởng!

Lần sau nếu anh ấy có cho bạn đi lòng vòng, hãy tự hỏi mình xem điều gì quan trọng hơn với bạn: đến nơi đúng giờ hay tạo cho anh ấy cảm giác được tin tưởng!

Đừng bảo anh ấy phải làm thế nào

Bộ phim The Natural là một minh họa tuyệt vời về sự tôn trọng của người phụ nữ dành cho nam giới.

Trong phim, diễn viên Robert Redford đóng vai một cầu thủ bóng

chày tài năng, nhưng sau khi làm điên đảo cả thế giới, trong một trận đấu nọ, đột nhiên anh khựng lại và bắt đầu nghi ngờ chính mình. Anh giao bóng hỏng nhiều lần trong khi người yêu cũ của anh ngồi trên khán đài chăm chú theo dõi trận đấu. Khi anh ra sức tạt bóng lần cuối, cô ấy đứng bật dậy một mình giữa khán đài đang ngập tràn tiếng la ó. Không hiểu bằng cách nào mà anh nhận ra sự hiện diện của cô, anh như bừng tỉnh, lấy lại phong độ và đưa đội nhà giành chiến thắng.

Một khán giả nam cho biết anh thích cảnh đó vì: "Cô ấy chỉ đứng trên khán đài mà ủng hộ người yêu chứ không hề chạy xuống đường biên và bảo anh ấy phải làm gì, làm như thế nào. Cô ấy không hề bảo anh ta phải tạt cú bóng đó ra sao. Chỉ đơn giản là cô ấy ủng hộ người yêu và để mặc cho anh ấy tự làm lấy phần còn lại!".

Một người khác thì bảo rằng: "Cô ấy đứng đó và hét to trước đám đông rằng, 'EM BIẾT ANH LÀM ĐƯỢC MÀ!'". Với bất kỳ người đàn ông nào cũng thế, đặc biệt là khi họ đang rơi vào trạng thái nghi ngờ bản thân, đó chính là những gì họ cần để lập thành tích.

"Cô ấy đứng đó và hét to trước đám đông rằng, 'EM BIẾT ANH LÀM ĐƯỢC MÀ!'". Với bất kỳ người đàn ông nào cũng thế, đặc biệt là khi họ đang rơi vào trạng thái nghi ngờ bản thân, đó chính là những gì họ cần để lập thành tích.

Chị em thân mến, đến đây có lẽ các chị sẽ hỏi ngược tôi rằng: "Tại sao tôi lại không thể bảo anh ấy cách đánh bóng kia chứ? Nam nữ bình đẳng kia mà. Nhỡ may tôi biết cách đánh bóng tốt hơn anh ấy thì sao?".

Đúng, dĩ nhiên là bạn có thể nói cho anh ấy biết cách ném bóng tốt hơn. Hầu hết phụ nữ chúng ta rất giỏi khuyên bảo nam giới trong mọi lĩnh vực. Nhưng xin bạn hãy nhớ cho rằng, anh ấy mới là người ném quả bóng và cảm nhận rõ nhất về năng lực của mình. Bản thân lời khuyên của bạn là tích cực, nhưng vấn đề nằm ở chỗ, ranh giới giữa lời khuyên và sự hướng dẫn rất mong manh. Do vậy, làm thế là bạn đã vô tình cố nắm giữ vai trò của anh ấy, cố làm thay anh ấy và qua đó thể hiện sự… thiếu tôn trọng và tin tưởng vào khả năng của anh ấy!

NHU CẦU THỨ 3: TÔN TRỌNG ANH ẤY TRONG GIAO TIẾP

Phụ nữ chúng ta có một sức mạnh đáng kinh ngạc trong giao tiếp với nam giới. Sức mạnh đó của chúng ta đủ khiến họ cảm thấy

mình là anh hùng hay kẻ bại trận, sung sướng vì được khích lệ hay nổi đóa vì bực tức.

Rõ ràng, có những thứ tác động đến nam giới rất mạnh mẽ. Chúng không chỉ giới hạn ở việc chúng ta nói gì, nói như thế nào hay nói ở đâu.

Trong các buổi phỏng vấn của tôi, rất nhiều anh đã nói rằng: "Khi bà xã của tôi nói câu gì tỏ ra thiếu tôn trọng, tôi thường nghĩ rằng, lẽ nào cô ấy lại không biết tôi sẽ cảm thấy thế nào khi nghe câu nói đó!". Tôi cứ phải luôn khẳng định với họ rằng chúng ta không hề có ý xem thường họ, chẳng qua là vì họ không biết mà thôi.

Rõ ràng, có những thứ tác động đến nam giới rất mạnh mẽ. Chúng không chỉ giới hạn ở việc chúng ta nói gì, nói như thế nào hay nói ở đâu.

Tôi sẽ cho bạn thấy một số ví dụ trong đó nam giới thường hiểu sai lệch trong khi phụ nữ không hề có ý nói như thế.

Anh ấy cảm thấy bị xem thường

Gần đây, tôi nói chuyện với Jeff và một trong số những người đồng nghiệp đã có gia đình của anh về sự năng động của nam giới khi muốn tự làm lấy mọi thứ.

Một người bạn chia sẻ: "Đôi khi đồ đạc trong nhà bị hư, tôi muốn thử sửa chữa trước khi nhờ đến thợ. Khi đó, chỉ cần cô ấy nói rằng 'anh tay ngang làm sao sửa được!' là tôi cảm thấy bị xúc phạm ngay. Cô ấy không nói gì quá đáng, nhưng rõ ràng tôi cảm thấy cô ấy không tôn trọng mình và do vậy, cũng không tin rằng tôi sẽ làm được".

Vợ của anh ấy là một trong số những người bạn thân của tôi, vì thế tôi biết là cô ấy không hề có ý chê bai hay xem thường gì chồng mình cả. Bạn thấy đấy, chỉ những lời nói vô tình, thoải mái của chúng ta cũng có thể gây hậu quả nghiêm trọng đối với anh ấy!

Anh ấy nghĩ bạn thất vọng về anh ấy

Khảo sát cũng cho thấy trong thực tế, những lời nhắc nhở của phụ nữ được nam giới hiểu theo nghĩa tiêu cực. Chẳng hạn, khi nghe vợ hoặc người yêu nhắc nhở rằng vòi nước bị hỏng, một số ông chồng lại cho đó là lời cằn nhằn ngầm ý kết tội họ lười biếng hoặc biểu hiện của sự không tin tưởng.

Mấy tháng trước, tôi cùng vài người bạn ngồi uống cà phê Starbucks để bắt đầu bàn về nội dung cuộc khảo sát thì tình cờ gặp một mục sư quen. Thế là, tôi bèn hỏi ngay xem ông nghĩ gì về chuyện "cái vòi nước" kia.

- Tôi ư, tôi thấy bực mình vì bị nhắc nhở. Tôi ghét bị nhắc nhở lắm! - Vị mục sư trả lời.

- Nhắc nhở thì có sao nào? Chẳng phải mỗi ngày ông cũng tự đặt ra các hệ thống tự nhắc nhở mình những việc cần làm trong nhà thờ đó sao? - Edward Calvin, bạn tôi và cũng là một đại lý sách hỏi.

- Bởi vì, vốn dĩ trong lời nhắc nhở của bà ấy đã hàm chứa sự thất vọng. Là đàn ông, tôi tự biết mình yếu kém ở mặt nào, nhưng tôi không thích ai bảo rằng tôi yếu kém. Tôi không bực bội về lời nói, mà tôi bực vì hàm ý ẩn chứa sau đó. - Vị mục sư giải thích.

Một điều thú vị cho thấy từ kết quả khảo sát là, số lượng nam giới có kết luận tiêu cực như thế chỉ là thiểu số. Đa số còn lại không quan tâm lắm đến những lời nhắc nhở của vợ và chỉ trả lời đơn giản rằng, trước sau gì họ cũng làm.

Anh ấy nghĩ bạn đang tấn công anh ấy

Trong quá trình thảo luận về câu hỏi khảo sát "Bạn có biết cách tạo ra sự lãng mạn mà cô ấy yêu thích không?", tôi và Chuck Cowan đã có dịp trải nghiệm một ví dụ sinh động.

- Câu hỏi đó là không thể được vì nó hàm ý sự tấn công. - Chuck nói.

- Vậy ư? - Tôi ngạc nhiên.

- Chứ còn gì nữa? Cô bắt đầu câu hỏi với ngụ ý nam giới không hề biết làm chuyện đó.

Ngụ ý nam giới không hề biết cách làm điều đó? Anh ta đang nghĩ gì thế nhỉ? Tôi tự hỏi.

- Cô nên thể hiện câu hỏi tế nhị hơn, ít trực diện hơn, chẳng hạn bằng cách đặt nó vào một tình huống cụ thể. - Chuck góp ý.

Thế là cuối cùng chúng tôi có một câu hỏi như sau: "Giả sử bạn phải tổ chức một buổi lễ kỷ niệm cho người bạn đời của mình. Bạn có biết cách…". Rõ ràng, câu hỏi lúc này đã trở nên bớt gay gắt và mang tính tế nhị hơn, không còn đi thẳng vào việc "tra hỏi" về

khả năng của nam giới.

Quả thật, sự khác biệt chỉ nằm ở chỗ thay đổi cách tiếp cận mà thôi!

Cho dù chúng ta có nói gì đi nữa, thì cuối cùng những gì anh ấy hiểu mới là điều quan trọng nhất. Dĩ nhiên là có một số người rất nhạy cảm, nhưng chúng ta không thể lúc nào cũng thận trọng mãi. Cũng như chúng ta phải tận dụng mọi cơ hội để giúp anh ấy hiểu phụ nữ chúng mình hơn.

Cho dù chúng ta có nói gì đi nữa, thì cuối cùng những gì anh ấy hiểu mới là điều quan trọng nhất.

Từ vấn đề thực tế là hầu hết nam giới đều rất dễ cảm thấy bị thiếu tôn trọng cho dù người nói vô tình, tôi nhận thấy giải pháp phụ thuộc vào chị em phụ nữ chúng ta rất nhiều. Rõ ràng, họ không thể bớt nhạy cảm đi mà chúng ta cần phải nhạy cảm hơn đối với tâm tư, tình cảm của họ.

Suy cho cùng, chẳng phải chúng ta cũng muốn nam giới nắm bắt, điều chỉnh cách cư xử của họ phù hợp với cảm xúc của chúng ta đó sao? Chẳng hạn, không một người phụ nữ nào lại muốn chồng mình lấy chuyện lên cân của mình ra làm trò đùa trước mặt mọi người. Ngay cả khi đã giúp anh ấy hiểu rằng chúng ta hiểu những gì anh ấy nghĩ, bạn cũng nên suy nghĩ chín chắn trước khi thốt ra những lời nói không hay, và hãy luôn tự nhủ rằng mình phải luôn "gạn lọc" để loại bỏ những từ có thể gây hiểu lầm nơi anh ấy.

NHU CẦU THỨ 4: TÔN TRỌNG ANH ẤY TRƯỚC MỌI NGƯỜI

Đến đây, chúng ta sẽ bàn về một trong số những vấn đề quan trọng nhất trong quyển sách này. Bạn có biết, thủ phạm chính của tình trạng nam giới bị coi thường trước mọi người chẳng phải là báo đài, ti-vi, phim ảnh hay bất kỳ phương tiện truyền thông hiện đại nào, mà đó chính là những bà vợ hiền dịu, yêu quý chồng nhất mực!

Hàng chục người đàn ông đã chia sẻ với tôi rằng, họ cảm thấy thật "đau" khi bị vợ phê bình trước đám đông.

"Vấn đề nhạy cảm, tế nhị nhất trên hành tinh này!"

Hàng chục người đàn ông đã chia sẻ với tôi rằng, họ cảm thấy thật "đau" khi bị vợ phê bình, "hạ bệ" hoặc thậm chí là bị căn vặn trước đám đông. Một anh tham gia khảo sát cho tôi biết, anh ước chi vợ

mình hiểu được là "cô ấy nên tỏ ra ủng hộ chồng, dù là ở mức tối thiểu, trước đám đông!". Và ý kiến đó được hàng chục đàn ông khác lặp lại và trở thành một chủ đề nổi cộm nhất.

Mong bạn hãy quan tâm đến lời bộc bạch này của nam giới: "Tôi biết cô ấy chỉ đùa một chút khi đưa ra những nhận xét về tôi trước mặt mọi người. Nhưng với tôi, đó là cả một sự hành hạ!".

Một ông chồng khác tuyên bố thẳng thừng như sau: "Tự ái đàn ông là điều nhạy cảm, tế nhị nhất trên hành tinh này. Phụ nữ thường nghĩ rằng, anh ấy tự ái quá cao nên mình cần phải "hạ bệ" anh ấy một chút. Xin đừng hiểu nhầm! Đó là điểm yếu nhất nếu như bạn muốn phá hỏng mối quan hệ của mình!".

Phụ nữ thường nghĩ đây là vấn đề có liên quan đến lòng kiêu hãnh của nam giới. Thế nhưng thật ra không phải như vậy. Bởi điều cốt lõi mà họ cảm thấy bị chạm đến ở đây không phải là lòng kiêu hãnh mà là "cái chất" của người đàn ông. Bạn phải biết rằng niềm kiêu hãnh và việc cảm thấy mình là đàn ông đúng nghĩa là hai vấn đề hoàn toàn khác nhau. Khi bị vợ phê bình hay hạ bệ trước mặt mọi người, họ sẽ cảm thấy mình bị sỉ nhục và không còn "đáng mặt đàn ông" chứ không phải là vấn đề họ bị mất đi niềm tự hào.

Khi lời đùa biến thành sự hành hạ

Ngay cả những lời đùa vô hại đôi lúc cũng khiến người khác cảm thấy bị xúc phạm chứ đừng nói đến những trò châm chọc. Nhiều chị em không thể nào hiểu được vì sao anh ấy vốn rất hài hước mà lại buồn lòng trước vài lời châm chọc nho nhỏ của chúng ta trước đám đông. Khi viết chương này, tôi đang nghỉ phép với gia đình. Tôi bèn hỏi bố tôi một câu hỏi và lúc bố con tôi đang trò chuyện thì chồng tôi bước vào tham gia. Kết quả cuộc trò chuyện thật là tuyệt vời và tạo một nền tảng vững chắc đến mức tôi đã lưu luôn vào quyển sách này.

- Bố này, theo bố thì những kiểu trêu đùa nào thường khiến nam giới hiểu nhầm? - Tôi hỏi.

- À, bất kể những lời nào có ý rằng người đàn ông không có quyền hạn hoặc không được vợ tôn trọng. - Bố tôi ôn tồn đáp.

- Thế nếu người vợ chỉ nhằm trêu chồng thôi thì sao hả bố? Chẳng hạn như khi đi chơi với bạn bè, người vợ bèn nói "vòi nước hư rồi" và trêu anh chồng bằng cách nhờ anh sửa ống nước trong khi anh không thuộc tuýp người hay làm những công việc lặt vặt. - Tôi

tiếp tục.

- Trời đất, con mà làm như thế thì quá tệ! Người đàn ông là người bảo vệ, người chu cấp và được cho là đóng vai trò chăm sóc tất cả mọi thứ trong gia đình. Đùa kiểu đó chẳng khác nào "vạch áo cho người xem lưng". Mọi người sẽ nhận ra là anh ta chẳng biết làm gì cả. Rõ ràng, làm như thế là người vợ đã xem thường một điều có ý nghĩa quan trọng đối với chồng mình. Thế nhưng nếu người đàn ông cảm thấy họ cần phải hành xử như một trụ cột trong gia đình nhưng không thể làm được điều đó, tận sâu trong lòng anh ta cũng không bao giờ xem thường việc đó. - Bố tôi hào hứng chia sẻ.

- Tất cả còn tùy vào việc người đàn ông đó có tự cảm thấy mình yếu kém trong lĩnh vực đó hay không. Bởi không phải anh nào cũng cảm thấy như thế. - Jeff thêm vào.

- Thế có gì khác nhau giữa việc người vợ trêu chồng trước mặt những người đàn ông hay phụ nữ khác không hả bố? - Tôi thắc mắc.

- À, tệ nhất là bị trêu trước mặt đàn ông đấy con ạ. Sau một sự cố hồi mới cưới, bố đã yêu cầu mẹ con đừng bao giờ làm bố phải lúng túng trước mặt những người đàn ông khác. - Bố tôi nhớ lại.

- Tại sao vậy bố? - Tôi hỏi.

- Vì đàn ông luôn cạnh tranh với nhau. Người vợ chính là người hiểu anh ta rõ nhất, vì vậy nếu cô ấy tỏ ra không tôn trọng anh ta thì làm sao những người đàn ông khác có thể tôn trọng anh ta?

- Anh cũng sẽ cảm thấy bị xúc phạm khi thấy những người đàn ông khác thương hại mình vì vợ anh không tôn trọng anh! - Jeff nói thêm.

- Tình huống càng tệ hơn nếu người đàn ông ấy không biết gì nhiều về chồng con. Anh ta sẽ cho đó là một biểu hiện của sự yếu kém nơi chồng của con. Anh ta có thể nghĩ rằng, gã này đến vợ hắn mà cũng chẳng tôn trọng nổi thì ắt hẳn hắn là đồ bỏ đi. Lần sau nếu có dịp làm ăn chung, mình sẽ đè bẹp hắn! Khi người vợ tỏ ra thiếu tôn trọng chồng mình trước những người đàn ông khác, cô ấy có thể hủy hoại cả sự nghiệp của anh ta.

Bố không đùa đâu. Bởi vì những đồng nghiệp của anh ấy sẽ coi anh ta là kẻ yếu kém.

- Nhưng đó chỉ là đùa thôi mà… - Tôi xen vào.

- Con phải hiểu rằng, đàn ông không thích để lộ khuyết điểm của mình, trừ khi với người rất thân. Anh ta chỉ chia sẻ về mọi điểm yếu của mình với một người duy nhất, đó chính là người phụ nữ mà anh ta yêu. Chỉ có cô ấy mới có thể nắm giữ mọi bí mật và chọc thủng hàng phòng thủ đó của anh ta.

Anh ta chỉ chia sẻ về mọi điểm yếu của mình với một người duy nhất, đó chính là người phụ nữ mà anh ta yêu. Chỉ có cô ấy mới có thể nắm giữ mọi bí mật và chọc thủng hàng phòng thủ đó của anh ta.

Hãy tỏ ra tôn trọng ngay cả khi vắng mặt anh ấy

Khi đã hiểu được tầm quan trọng của việc nam giới muốn được tôn trọng trước công chúng, tôi bỗng thấy chuyện phụ nữ chúng ta thường nói xấu về họ sau lưng cũng rất đáng xem xét lại. Hậu quả của nó cũng tệ hại tương tự cho dù anh ấy có vắng mặt khi bạn đưa ra những lời nhận xét đó. Thái độ thiếu tôn trọng của người vợ càng in sâu vào những người nghe bởi cô ấy có thể nói đi nói lại mãi một vấn đề, để rồi cuối cùng chính những người nghe cũng bắt đầu có cảm giác tương tự khi nghĩ về anh chồng vắng mặt! Tôi có một người bạn thân rất yêu và tự hào về chồng mình, thế nhưng chẳng hiểu vì sao cô ấy rất thường hay phàn nàn về anh ấy. Và tôi tin rằng đó chính là một trong những lý do khiến cho cô ấy không thể thoát khỏi tật hay càm ràm về mối quan hệ của mình, để rồi chính điều đó cũng làm ảnh hưởng đến chồng mình.

Hỡi các chị em phụ nữ, chúng ta hãy quyết tâm rèn luyện để bỏ thói quen tệ hại này!

Tỏ ra tôn trọng anh ấy trước đám đông là thượng sách

Không những tránh cảm giác bị tổn thương và cáu tiết, anh ấy còn xem bạn là người phụ nữ tuyệt vời nhất trên đời nếu bạn biết thể hiện sự tôn trọng và đánh giá cao anh ấy trước mọi người. Nói như thế không có nghĩa là bạn phải giả tạo. Chỉ cần bạn tinh ý nắm bắt những cơ hội để khen ngợi hoặc hỏi xin ý kiến của anh ấy một cách chân thành trước mặt người khác. Chẳng hạn, bạn có nghĩ anh ấy là một người cha tuyệt vời không? Nếu có, hãy kể cho các vị khách của bạn nghe về một điều gì đó mà anh ấy đã làm cho con cái hôm qua để chứng tỏ điều đó. Bạn ấn tượng với tài bơi lội của chàng ư? Hãy khoe với mọi người về thành tích mới tuần trước của anh ấy. Anh ấy có thường chăm bọn trẻ để bạn được ngủ thêm một chút vào sáng thứ Bảy không? Hãy chia sẻ với bạn bè hoặc người thân khi họ đến chơi nhà bạn.

Tin tôi đi, nếu bạn làm được như thế anh ấy sẽ hạnh phúc chẳng khác gì hạnh phúc mà bạn nhận được khi anh ấy đi làm về và mang theo một bó hồng tươi thắm tặng bạn và đặt sẵn bữa tối cho hai người ở nhà hàng vậy. Anh ấy sẽ cảm thấy hạnh phúc vô bờ vì *được yêu quý*.

NHU CẦU THỨ 5: TÔN TRỌNG ANH ẤY NGAY CẢ TRONG GIẢ ĐỊNH

Không may là, đôi khi trong giao tiếp những gì anh ấy hiểu và bạn nói ra có thể khác nhau. Và thế là bạn lại đưa ra những kết luận tiêu cực về anh ấy. Khách quan nhìn lại những gì đã trao đổi với nhau trong cuộc sống hàng ngày, chúng ta có thể phải ngạc nhiên khi thấy mình thường xuyên có những giả định không hay về người đàn ông mà chúng ta hằng yêu quý. Hãy xem những giả định sau có khiến bạn phải suy nghĩ không nhé!

Chúng ta cho rằng: "Anh ấy cần được nhắc nhở!"

Đối với chị em phụ nữ chúng ta, việc nhắc đi nhắc lại câu hỏi "Anh làm việc đó chưa?" chẳng phải là một chuyện to tát. Thế nhưng, bản chất của câu hỏi lại mang hàm ý anh ấy cần được nhắc nhở, hoặc vì anh ấy không nhớ hoặc anh ấy đang chờ chúng ta thúc giục mới chịu làm. Thật dễ hiểu tại sao nhiều anh không thích bị vợ cằn nhằn, bởi cái mà họ hiểu chính là: "Em không tin tưởng ở anh!".

Thay vào đó, nếu chúng ta có những giả định tích cực thay vì tiêu cực như trên thì sao? Chẳng hạn, chúng ta nghĩ rằng "Mình nhờ anh ấy làm việc đó nhưng anh ấy chưa làm. Mình tin ở chồng mình. Chắc là phải có lý do nào đó anh ấy mới chưa làm. Vì thế, mình thử nhắc lại xem sao?".

Phân nửa số đàn ông tham gia khảo sát cho biết, đôi khi họ sắp xếp công việc theo những trình tự ưu tiên nhất định. Hoặc chỉ đơn giản là vì họ không thể thu xếp để làm thêm một việc nào đó. Một người chồng phải làm việc trong môi trường khá căng thẳng cho biết, nhiều lúc anh ấy cảm thấy mình cứ như cái máy tính, chỉ cần nhập thêm một dữ liệu nữa vào là "treo máy"! Theo anh, thái độ chần chừ khi vợ nhờ làm một việc gì đó ở nhà là dấu hiệu cho thấy anh sẽ suy sụp về mặt tinh thần (hoặc thậm chí là cả thể chất) nếu anh làm việc đó.

Bạn còn nhớ câu chuyện "cái vòi nước" ở quán cà phê Starbucks mà tôi đã hỏi vị mục sư nọ không? Ông ấy đã cho ý kiến như thế

này:

“Khi cứ để cái vòi nước hư ở đấy suốt tuần là tôi đã ngụ ý cho thấy mình có những việc khác quan trọng hơn cần làm trước. Nếu tôi về nhà với cả gánh nặng của cuộc sống trên vai, nào là một đôi vừa li dị trong nhà thờ, một nhân viên cốt cán đang muốn nghỉ việc thì làm sao tôi có đầu óc nào nghĩ đến chuyện sửa cái vòi nước cỏn con của cô ấy được! Do vậy mà tôi chỉ có thể bảo cô ấy:

“Gọi thợ sửa ống nước!”. Thế nhưng cô ấy lại cho rằng, là một người chồng tôi phải có trách nhiệm sống cho vợ con vì vậy nên thỉnh thoảng phải biết động tay động chân với mấy cái vòi nước. Nhưng giờ đây chúng tôi đã hiểu nhau hơn. Mỗi khi tôi nói “Gọi cho thợ…” là cô ấy hiểu ngay tôi đang bận tâm bận trí vào những chuyện quan trọng khác”.

Chúng ta cho rằng: “Tại anh ấy không muốn giúp thôi!”

Một chuyên viên tư vấn hôn nhân gia đình giàu kinh nghiệm chia sẻ với tôi thế này: “Nếu chồng tôi không giúp tôi trông bọn nhỏ hay lau dọn nhà cửa, tôi không nên nghĩ rằng anh ấy cố tình không muốn giúp. Tôi nên nghĩ rằng chỉ vì anh ấy không biết tôi đang có nhu cầu cần được giúp đỡ vì tôi không nói ra!”.

Ở nhà tôi cũng thường xảy ra chuyện tương tự, nhưng tôi lại chính là người vô tình không nhận thấy Jeff cần giúp đỡ. Bởi vậy, tôi sẽ rất buồn nếu Jeff có thể suy diễn xấu về tôi. Nhưng may thay, anh ấy rất thẳng thắn và không ngại lên tiếng nhờ tôi giúp ngay khi cần.

Chúng ta cho rằng: “Tại anh ấy cả!”

Cuối cùng (và cũng là điều gây sửng sốt nhất), đôi khi chính phụ nữ chúng ta mới là người có lỗi. Đôi lúc chính những lời nói, việc làm vô tình của chúng ta đã khiến anh ấy xử sự thiếu tình cảm. Chẳng hạn, một người vợ luôn chỉ trích chồng có thể sẽ đẩy anh ấy đến chỗ phòng thủ trong tình cảm và do đó trở nên xa cách, khô khan hơn dù trước kia anh không bao giờ như thế.

- Đàn ông không ngốc nghếch như bạn tưởng. - Giáo sư Eggrichs nói. - Đôi khi, những biểu hiện thiếu tình cảm lại chẳng thiếu tình cảm chút nào. Họ phản ứng như thế chẳng qua là vì họ cảm thấy không được tôn trọng, mặc dù họ biết rằng mình không nên làm thế.

VẬY CHÚNG TA NÊN LÀM GÌ?

Là phụ nữ, chúng ta nắm giữ trong tay một sức mạnh, đồng thời cũng là một trách nhiệm đáng kinh ngạc. Nam giới có thể được tôn vinh hay hạ bệ vì chúng ta. Chúng ta có thể làm cho họ mạnh mẽ hơn hay suy yếu đi không chỉ trong mối quan hệ đôi lứa mà còn tác động đến cả những khía cạnh khác trong cuộc sống của họ. Bởi đối với nam giới, cảm giác được làm một người đàn ông đích thực chính là nền tảng của mọi thứ còn lại.

Thế thì chúng ta nên làm gì đây? Theo ý kiến của một người tham gia khảo sát thì: "Cứ giả định điều tốt nhất, như thế sẽ giúp người phụ nữ dễ dàng thể hiện sự tôn trọng của mình đối với chồng hay người yêu."

Quả thật, nghe ra có vẻ rất đơn giản. Chỉ cần chị em phụ nữ chúng ta luôn luôn thể hiện sự tôn trọng thay vì có những lời nói, cử chỉ xem thường anh ấy trước đám đông. Thế nhưng, trở lại vấn đề là, chúng ta sẽ cảm thấy thế nào nếu anh ấy đem chuyện chị em chúng ta, như chuyện dư cân chẳng hạn, ra làm trò đùa? Chúng ta có thể tự chủ và giữ được bình tĩnh trong những tình huống như thế hay không?

Không gì có thể chạm đến trái tim của người đàn ông cho bằng những lời giản dị sau đây: "Em rất tự hào về anh!".

Một khi nhận ra mình đã đi quá xa, có thể bạn sẽ nhìn thấy sai lầm của mình và ngỏ lời xin lỗi anh ấy. Ngược với thói quen hay lo lắng vì đã làm anh ấy cảm thấy thế này thế nọ của phụ nữ, một ông chồng cho biết: "'Đừng bao giờ nói rằng, em xin lỗi vì đã làm anh…'. Bởi đàn ông không thích bị người khác vạch trần cảm xúc! Và thật tình mà nói, đôi khi nam giới chúng tôi cũng không biết mình đang cảm thấy gì và cứ để mặc cho cảm xúc tiến triển". Thay vào đó, bạn nên nói rằng "Em xin lỗi vì đã làm như thế, hoạt động đó thật là thiếu tôn trọng anh. Em biết mình luôn có thể tin cậy nơi anh".

TẤT CẢ LÀ CHO BẠN, CHỨ CHẲNG PHẢI CHỈ CHO RIÊNG ANH ẤY!

Mong bạn hãy nghe lời tâm sự tha thiết này của một người đàn ông: "Cô ấy phải khiến tôi cảm thấy được tôn trọng ngay từ trong gia đình để từ đó tôi có thể tự tin giành được sự tôn trọng của những người khác ngoài xã hội. Bằng ngược lại, tôi không thể nào chiến thắng trong cuộc chạy đua bên ngoài và mang về cho cô ấy vinh quang".

Khi được vợ tôn trọng, người đàn ông có thể chinh phục cả thế giới, hoặc chí ít là toàn bộ xã hội thu nhỏ xung quanh anh ấy.

Một người đàn ông khác thì bảo tôi rằng: "Cô có biết câu nói 'Đằng sau mỗi người đàn ông thành đạt là bóng dáng của một người phụ nữ' không? Đó là sự thật.

Bởi khi được vợ tôn trọng, người đàn ông có thể chinh phục cả thế giới, hoặc chí ít là toàn bộ xã hội thu nhỏ xung quanh anh ấy. Anh ấy sẽ làm tốt hơn trong công việc, trong gia đình và trong mọi lĩnh vực khác. Ngược lại, rất ít người đàn ông nào có thể thành công trong công việc và gia đình nếu bị vợ đánh giá thấp".

Vậy đó, đến đây ắt hẳn bạn đã thấy rõ rằng sau vẻ bề ngoài mạnh mẽ, nam giới rất dễ bị tổn thương và luôn cảm thấy bất an. Đó cũng chính là nội dung mà chúng ta sẽ cùng tìm hiểu ở chương tiếp theo.

Tôi đoán rằng, chị em phụ nữ chúng ta ai cũng yêu quý và tôn trọng người đàn ông của mình, cho dù đôi lúc vẫn xảy ra rắc rối trong mối quan hệ hôn nhân.

Nhưng tôi cũng nhận thấy rằng có một số bạn đọc từ lâu đã không còn tôn trọng và đánh giá cao người bạn đời của mình. Trong trường hợp đó, tôi đề nghị bạn hãy thử tìm những giải pháp thích hợp có thể giúp bạn cải thiện quan hệ ở địa chỉ trang web www.4-womenonly.com

Tuy nhiên, mong bạn cũng nên chú ý đến ba vấn đề sau đây. Thứ nhất, bạn có thể đang rơi vào tình trạng "cái vòng lẩn quẩn" mà Emerson Eggrichs mô tả là: Khi anh ấy không thể hiện tình yêu đúng mực, bạn sẽ không thể hiện lòng tôn trọng đúng mực; vì thế anh ấy không thể hiện tình yêu đúng mực, và bạn lại không thể hiện lòng tôn trọng đúng mực… và cứ như thế mãi. Thứ hai, bạn hãy nhớ rằng cảm xúc theo sau lời nói hoặc hành vi.

Ví dụ, một khi đã làm mất thể diện của anh ấy trước mặt bạn bè, người thân thì chẳng có gì là ngạc nhiên nếu bạn cảm thấy coi thường anh ấy. Và điều này dẫn đến vấn đề thứ ba, đó là bạn có thể chọn cách sống luôn tôn trọng anh ấy và thể hiện điều đó trong từng lời nói, hành vi của mình mỗi ngày ngay cả khi đó là một điều khó khăn.

Tôi đã chứng kiến nhiều cặp vợ chồng có mối quan hệ được cải thiện rõ ràng nhờ quyết định đơn phương đó của người vợ!

Chương 3

ÁP LỰC TRỌN ĐỜI VỀ VIỆC CHỨNG TỎ BẢN THÂN

Vì sao "người hùng" của chúng ta lại cảm thấy mình là kẻ giả tạo?

Mặc cho vẻ ngoài "mạnh mẽ", tận sâu trong lòng nam giới vẫn cảm thấy mình là kẻ giả dối và luôn bất an vì sợ người khác nhận ra những khiếm khuyết của mình.

Star Trek là một bộ phim khoa học mà tôi rất thích. Ở tập The Next Generation nhân vật thuyền trưởng dũng cảm Jean-Luc Picard và bác sĩ Beverly Crusher bị mắc kẹt lại trên một hành tinh xa lạ đầy hiểm nguy. Thực tế đã xảy ra một điều lý thú ngoài dự tính của họ, đó là do sự can thiệp của những người ngoài trái đất, bỗng dưng họ có thể đọc được suy nghĩ của nhau.

Viên thuyền trưởng quan sát xung quanh tìm lối thoát cho cả hai và đi về một phía, giọng dõng dạc tự tin: "Lối này".

Trong khi đó, nữ bác sĩ do đọc được suy nghĩ của ông ấy đã nhìn chằm chặp vào Jean-Luc và nói: "Anh quả thật không hề biết đường, đúng không nào? Anh hành động cứ như thể anh biết chính xác lối đi, trong khi anh chỉ đoán mò thôi!". Rồi cô tiếp tục hỏi trong kinh ngạc:

"Có phải trước nay lúc nào anh cũng hành động như thế không?".

Người thuyền trưởng nhìn cô gái và nói: "Thuyền trưởng luôn phải tỏ ra tự tin".

Bác sĩ Beverly đã phát hiện ra điều mà hầu hết chị em chúng ta không biết đến, đó là tận sâu trong lòng, người đàn ông của đời bạn đang

che giấu một cảm giác bất an.

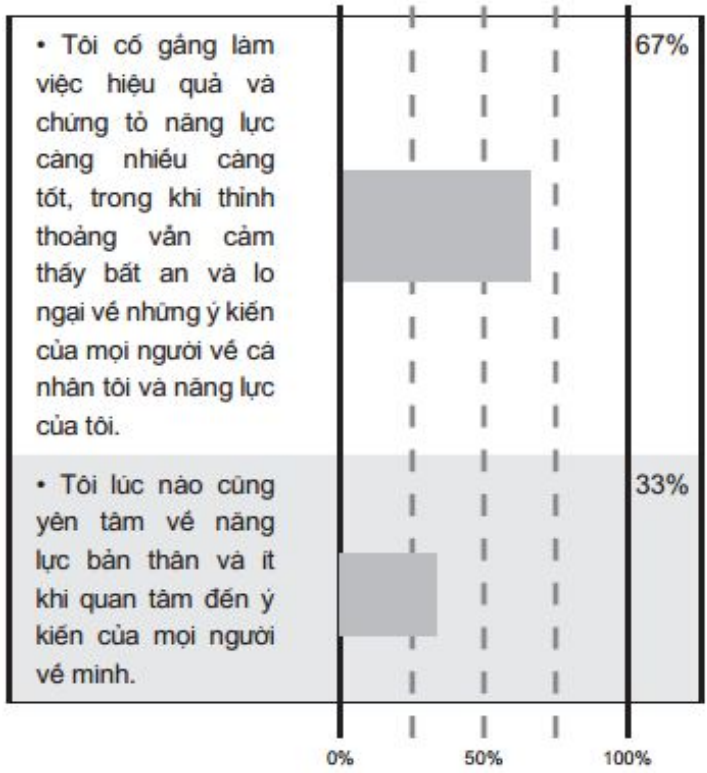
Trong chương này, tôi muốn mời bạn bước vào một hành trình khám phá nội tâm của nam giới, xem họ thật sự nghĩ gì và cảm thấy những gì. Bạn thấy đấy, bác sĩ Beverly đã phát hiện ra điều mà hầu hết chị em chúng ta không biết đến: đó là tận sâu trong lòng, người đàn ông của đời bạn đang che giấu một cảm giác bất an. Họ cảm thấy bất an vì lo sợ một ngày nào đó, con người thật của họ - hay ít ra là con người mà họ đang cố thể hiện - sẽ bị phơi bày với những khiếm khuyết vốn có. Thật là một kẻ giả dối!

"MỌI NGƯỜI SẼ BIẾT CON NGƯỜI THẬT CỦA TÔI!"

Sở dĩ đàn ông rất dễ bị tổn thương khi nói đến vấn đề năng lực bản thân là vì họ luôn tin rằng lúc nào mọi người cũng đang nhìn ngắm, đánh giá mình. Từ các cuộc khảo sát, tôi đã nhận ra rằng cho dù dưới bề ngoài tự tin đến mấy, hai phần ba nam giới vẫn thừa nhận họ luôn cảm thấy bất an về những ý kiến đánh giá của người khác đối với bản thân mình.

Bất kể bạn thành công đến mức nào trong công việc hiện tại, hãy cho biết câu nào dưới đây mô tả đúng nhất những gì bạn cảm nhận về đời sống công việc của bạn?

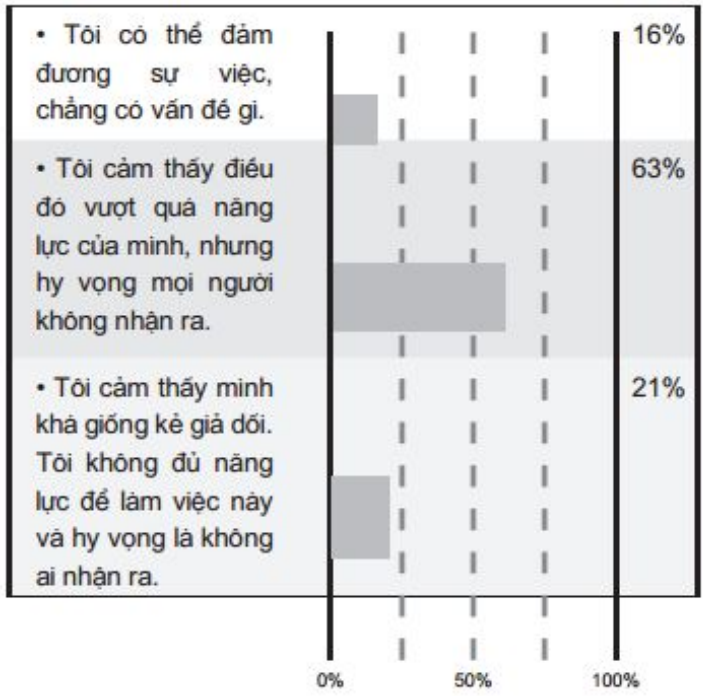
(Chọn một trong hai câu bên dưới).


• Tôi cố gắng làm việc hiệu quả và chứng tỏ năng lực càng nhiều càng tốt, trong khi thỉnh thoảng vẫn cảm thấy bất an và lo ngại về những ý kiến của mọi người về cá nhân tôi và năng lực của tôi.
67%
• Tôi lúc nào cũng yên tâm về năng lực bản thân và ít khi quan tâm đến ý kiến của mọi người về mình.
33%
0%
50%
100%

Sự yếu đuối này không chỉ do nam giới luôn lo ngại về những gì người khác đánh giá về mình mà còn bởi vì tự họ cũng nhận thấy không phải lúc nào họ cũng biết được mình đang làm gì, do đó họ luôn cố tình che đậy con người thật của mình.

Trong thực tế, khi phải làm điều gì đó mới lạ thì có đến 4 trên 5 người đàn ông cảm thấy bất an trong lòng nhưng không hề thể hiện ra bên ngoài. Họ chỉ cảm thấy một chút tự tin khi bắt đầu thực hiện nhiệm vụ đó của mình.

Những người đàn ông chấp nhận rủi ro và có chí tiến thủ trong sự nghiệp không thể tránh khỏi việc đối mặt với những tình huống mới mẻ, thử thách. Hãy nghĩ lại một vài tình huống tương tự trong cuộc đời đi làm của bạn và cho biết trong các trường hợp sau, đâu là câu trả lời đúng với bạn nhất? (Chỉ chọn một câu trả lời).


• Tôi có thể đảm đương sự việc, chẳng có vấn đề gì.
16%
• Tôi cảm thấy điều đó vượt quá năng lực của mình, nhưng hy vọng mọi người không nhận ra.
63%
• Tôi cảm thấy mình khá giống kẻ giả dối. Tôi không đủ năng lực để làm việc này và hy vọng là không ai nhận ra.
21%
0%
50%
100%

Các sếp và đồng nghiệp là những người sẽ phải gánh chịu trách nhiệm liên đới khi một nhân viên của họ có sai sót, nhất là khi anh ta đang đảm trách một nhiệm vụ mới. Thậm chí, mọi người ai cũng biết sai lầm đó là điều hiển nhiên. Thế nhưng, lập luận logic này chẳng thể thuyết phục được nam giới. Họ vẫn luôn cảm thấy mình yếu kém nếu để xảy ra những sai lầm như thế.

Và để lấp đi sự bất an cùng cảm giác luôn bị người khác xét đoán, anh ấy sẽ cho rằng mình cần phải làm việc bù đầu bù cổ. Hoặc anh ta sẽ cảm thấy sa sút tinh thần vì lúc nào cũng cảm thấy mình phải tỏ ra nhanh nhẹn, tháo vát.

Với đàn ông, ý nghĩ ai đó cho rằng họ không thể làm được điều gì đó là một sự sỉ nhục. Đàn ông nào cũng muốn tránh chuyện này bằng mọi giá.

THẾ ĐIỀU GÌ TÁC ĐỘNG ĐẾN THẾ GIỚI NỘI TÂM CỦA ANH ẤY?

Khi bắt đầu hiểu ra điều này, tôi cảm thấy buồn khi nhận ra thỉnh thoảng tôi đã tỏ ra thiếu ủng hộ Jeff, chỉ đơn giản là vì tôi không hề nghĩ rằng anh ấy có thể cảm thấy bất an trong lòng. Tôi hoàn toàn tự tin về năng lực của Jeff, vậy tại sao anh ấy lại không cảm thấy như thế?

Tôi đã tìm hiểu và khám phá ra một vài điều dường như đã góp phần tác động, thúc đẩy đến đời sống nội tâm của nam giới.

"ANH LUÔN BỊ PHÁN XÉT!"

Những người đàn ông cho tôi hay, họ tạo áp lực cho chính bản thân mình chứ chẳng phải từ một ai khác cả.

Họ thú nhận luôn cảm thấy dường như cả thế giới đang theo dõi, phán xét mình. Từ đó, bạn có thể hình dung họ cảm thấy bất an và kém thoải mái trong cuộc sống ra sao. Một người nói rằng: "Đàn ông chúng tôi lúc nào cũng nghĩ đến chuyện người khác nghĩ gì về mình."

Một anh bạn khác kể cho tôi nghe một câu chuyện vui thế này: "Hồi còn là sinh viên, tôi nhận lái xe buýt để kiếm thêm. Nhiều lúc không có khách trên xe, tôi chạy khá nhanh. Một hôm nọ, khi tôi đánh một đường lả lướt và ghé vào một góc đường thì một người đàn ông lớn tuổi đứng tại trạm xe buýt lắc đầu ra hiệu không đi.

Thái độ đó làm tôi nổi nóng vì rõ ràng ông ta không thích cách lái xe của tôi! Mấy năm sau, khi sống ở New York, chính tôi cũng có lần lắc đầu với một bác tài xe buýt ngụ ý tôi không đi chuyến xe của ông ấy. Bất chợt, tôi ngộ ra câu chuyện cũ, thì ra người đàn ông đó đã lắc đầu ý nói ông ấy không đi tuyến xe của tôi. Vậy mà tôi đã nghĩ rằng ông ấy xét đoán kinh nghiệm cầm lái của tôi... Thật buồn cười, nhưng đó lại là cách mà nam giới thường nghĩ".

Anh ta còn nói rõ hơn rằng: "Mọi người luôn nhìn vào khả năng để đánh giá nam giới. Và tuy trông vậy nhưng không phải lúc nào đàn ông cũng thật sự cảm thấy tự tin. Vì vậy mà khi bị vợ trêu đùa trước mặt mọi người, họ sẽ cảm thấy đau như bị dao cắt vậy."

"ANH CHẲNG BIẾT PHẢI LÀM THẾ NÀO CẢ!"

Một anh bạn khác giúp tôi hiểu rõ hơn về "bản chất phức tạp của sự tự lừa dối của nam giới" qua câu chuyện sau:

"Một anh bạn của tôi vừa nhận công việc giảng dạy ở một trường đại học. Vì chưa bao giờ đứng lớp nên anh khá lúng túng khi phải soạn giáo án và quyết định cứ mỗi tối đến lại chuẩn bị bài trước cho hôm sau. Và do vậy, thường thì anh "học" trước học trò của mình một ngày. Một tối nọ, có cô học trò đến gặp anh trong khuôn viên đại học và nói rằng cô rất háo hức trước bài giảng ngày mai của anh. Cô sinh viên nói: "Ước gì em cũng hiểu biết tất cả những

thứ này như thầy!". Anh chỉ cười và gật đầu, nhưng trong lòng lại nghĩ rằng, ngày mai em sẽ biết thôi! ".

Anh bạn tôi còn nói: "Nam giới thường nghĩ như thế trong cuộc sống, nhất là khi phải thử nghiệm những điều mới mẻ vốn là điều thường xảy ra hàng ngày. Khi khách hàng có một yêu cầu mới, tôi chỉ mỉm cười và gật đầu dù trong lòng có thể nghĩ rằng, mình chẳng hề biết phải làm thế nào cả nhưng mình hy vọng có thể tìm ra giải pháp trước khi họ nhận ra điều đó".

Điều đáng ngạc nhiên ở đây là tôi đã từng làm việc với anh trong nhiều năm và trong mắt tôi, anh là một doanh nhân đầy năng lực. Trước đây tôi cho rằng suy nghĩ đó chỉ có ở những thanh niên trẻ tuổi, ít kinh nghiệm. Nhưng từ khi nghe tâm sự của anh, tôi đã nhận ra rằng tận sâu trong lòng mình, luôn tồn tại một sự yếu đuối, dễ bị tổn thương nơi mỗi người đàn ông.

"NHƯNG ANH MUỐN LÀM VIỆC NÀY!"

Tâm lý nam giới mà tôi vừa trình bày lại có một mặt thú vị khác mà chúng ta cần quan tâm. Đó là tính thích đương đầu với thử thách, trải nghiệm những điều mới mẻ và hấp dẫn. Thoạt nghe có vẻ như đây là hai điều hoàn toàn trái ngược nhau, nhưng đó lại là thế giới nội tâm cơ bản của đàn ông. Bởi đàn ông luôn muốn chinh phục đỉnh Everest nhưng họ cũng biết rằng có thể họ sẽ phải hứng chịu những cú ngã ê chề trên hành trình đó.

Một anh cho biết thế này: "Khi một người đàn ông làm điều gì đó lần đầu tiên trong đời, anh ta sẽ nghĩ rằng: mình có thể làm được việc này nhưng nếu mọi người nhận ra rằng trước kia mình chưa từng biết gì về điều này thì sao?".

Bạn biết không, trong những tình huống như thế, các ông chồng của chúng ta rất cần một lời động viên, khuyến khích chân thành nhất của chúng ta đấy.

KẺ GIẢ TẠO TRONG CÔNG VIỆC

Đến đây chắc bạn cũng có thể đoán được rằng cảm giác không yên tâm về năng lực bản thân là mối quan tâm lớn nhất của nam giới trong công việc. Một anh cho biết: "Đàn ông lúc nào cũng nghĩ đến vị trí của mình trong công việc. Chỉ cần sếp tỏ ra im lặng cũng đủ khiến tôi nghĩ rằng có thể ông ấy không thích tôi. Suy nghĩ đó càng khiến tôi cảm thấy bất an và lo ngại".

Cảm giác không yên tâm về năng lực bản thân là mối quan tâm lớn

nhất của nam giới trong công việc.

"Frank, tôi muốn gặp anh ngay đầu giờ sáng thứ Hai tuần sau!"

Frank Maguire là người có công đóng góp khởi dựng Hãng phát chuyển nhanh FedEx và từng nắm giữ một chức vụ trong Nhà Trắng dưới thời Tổng thống Kennedy. Trong quyển sách Bạn là người tuyệt nhất (You're the Greatest) của mình, ông đã giúp chúng tôi hiểu rõ hơn về nỗi thống khổ chưa từng có do cảm giác lo lắng nơi công sở gây ra cho một người đàn ông.

Mỗi chiều thứ Sáu, trước khi rời văn phòng FedEx, Frank thường chào tạm biệt Fred Smith, người sáng lập công ty. Lần nào cũng thế, Fred đáp lại rằng: "Cảm ơn những gì anh đã làm trên cả kỳ vọng cho công ty trong tuần qua!". Thế là Frank ra về mà lòng vui như hội.

Một chiều nọ, đáp lại lời chào thường lệ của Frank, Fred chỉ im lặng và nói: "Frank, tôi muốn gặp anh ngay đầu giờ sáng thứ Hai tuần sau!".

Chỉ bấy nhiêu lời đó cũng đủ khiến Frank, vợ con anh và thậm chí cả con chó Thor cũng phải trải qua những ngày cuối tuần thật tồi tệ!

Đến sáng thứ Hai, Frank lo lắng bước vào phòng và hỏi Fred: "Thưa ông, ông định nói gì với tôi vào đầu tuần ạ?".

Fred nhìn Frank vẻ mơ hồ và nói: "Tôi cũng chẳng nhớ nữa.

Cũng chẳng có gì quan trọng đâu, Frank ạ!".

Hẳn bạn cũng đoán được vì sao Frank lại lo lắng suốt mấy ngày cuối tuần đến thế. Anh sợ mình bị khiển trách hay thậm chí là bị sa thải. Tại sao anh lại lo sợ điều đó trong khi anh đang thành công và giữ một vị trí quan trọng trong một tổ chức đang phát triển mạnh mẽ?

Thậm chí đến cả Tổng thống Mỹ Kennedy cũng từng tin cậy anh kia mà? Tại sao anh lại ngầm hiểu lời nói "vô thưởng vô phạt" của Fred lại đáng sợ đến như thế?

Đó là vì tận sâu trong lòng anh cảm thấy mình là một kẻ giả tạo trước mắt mọi người trong công ty, và anh cho rằng mọi người đã phát hiện ra những yếu kém trong bản chất thật sự của mình.

Maguire viết: “Tôi đã từng tiếp cận rất nhiều nhà lãnh đạo có quyền lực. Nhìn bề ngoài, họ rất vững vàng, họ tự tin đến mức bạn không tài nào nhìn ra một chút sợ hãi cỏn con ở họ. Thế nhưng, kinh nghiệm bản thân cho thấy dù bạn có thành đạt đến mức nào đi nữa thì tất cả chúng ta, ai cũng như ai, đều luôn cảm thấy bất an và lo lắng”.

“Vì tận sâu trong lòng anh cảm thấy mình là một kẻ giả tạo trước mắt mọi người trong công ty. Và anh cho rằng mọi người đã phát hiện ra những yếu kém trong bản chất thật sự của mình.”

“Chúng tôi đều nằm trong danh sách thay thế!”

Một trong những buổi phỏng vấn hữu ích nhất mà tôi đã thực hiện được là với Kent Ruettgers, cựu tiền vệ xuất sắc của đội bóng chày Green Bay Packers nổi tiếng từng đoạt giải vô địch Superbowl. Hiện nay, anh chuyên làm công tác giúp đỡ các vận động viên từ giã sân cỏ chuyển tiếp sang cuộc sống đời thường.

Khi nghe tôi nói về chủ đề của chương này, anh đóng góp ý kiến ngay lập tức: “Tôi chưa bao giờ thấy cảm giác bất an ở đâu lớn bằng trong phòng thay đồ của đội bóng!”. Ngạc nhiên, tôi bèn hỏi vì sao và anh trả lời:

“Vì trên sân bóng, mọi cầu thủ dù muốn dù không đều bị khán giả nhìn rõ mồn một. Họ chỉ có 2-3 giờ đồng hồ để chứng tỏ tài năng và mọi sự thật đều được phơi bày trần trụi, chẳng có gì có thể thoát được những ánh mắt tinh tường của khán giả và các ống kính luôn rình rập của giới phóng viên. Đằng sau vẻ ngoài oai hùng ấy là sự bất an, lo lắng ngự trị trong lòng mỗi cầu thủ. Trong đầu họ luôn diễn ra câu hỏi, mình sẽ chơi trận này ra sao? Tất cả những gì họ muốn đạt được là sự khẳng định tài năng của mình”.

Một cầu thủ khác cho tôi biết thêm: “Tất cả chúng tôi đều nằm trong danh sách thay thế! Vấn đề là làm sao để không phải đứng đầu danh sách ấy mà thôi!”.

Lúc nào trong lòng những vận động viên thể thao như họ đều canh cánh nỗi lo bị thất bại. Kent còn nói thêm về mức độ quan trọng của nỗi sợ hãi đó đối với những cầu thủ như anh. “Nỗi sợ ấy cứ bám theo họ mãi. Nó khiến họ phải dậy sớm mỗi sáng. Nó buộc họ phải đến sàn tập thể lực đúng giờ mỗi ngày cho dù họ không muốn.”.

Những lời Kent nói giúp tôi hiểu ra vì sao những người nổi tiếng thường phải làm việc thâu đêm suốt sáng. Đôi khi, đó chính là

điều cần thiết cho công việc của họ. Nhưng không phải lúc nào cũng thế. Vì có những lúc, họ thấy lo lắng vì sợ bị tụt hậu và thua kém đồng nghiệp.

KẺ GIẢ TẠO Ở NHÀ

Nỗi ám ảnh về năng lực bản thân ở nam giới không chỉ dừng lại nơi công sở mà còn theo chân họ về nhà.

Rất nhiều người chồng vẫn không thể cảm thấy tự tin dù đang ở trong chính ngôi nhà của mình.

Đại đa số nam giới đều muốn trở thành một người chồng tốt. Nhưng cũng giống như họ lo lắng không biết liệu mình có làm tốt nơi công sở hay không, họ băn khoăn không biết liệu họ có biết cách làm một người chồng, người cha mẫu mực hay không.

"Ít ra trong công việc tôi còn biết rằng để thành công thì cần phải chăm chỉ, cầu tiến, hoàn thành nhiệm vụ được giao và hòa hợp với sếp. Còn ở nhà thì biết lấy gì để đo lường mức độ thành công đây? Làm sao tôi biết mình có làm tốt vai trò của mình hay chưa?" - Một ông chồng nọ đã chia sẻ với tôi như thế.

Bởi thế mà chẳng có gì ngạc nhiên khi nam giới cho rằng họ tự đánh giá bản thân và cảm nhận đánh giá của người khác về mình dựa trên mức độ hạnh phúc và sự tôn trọng của vợ đối với họ.

"Tôi chưa từng gặp người đàn ông nào có thể giải đáp mọi thắc mắc về việc trở thành một người chồng, người cha mẫu mực."

Nếu chuyện-làm-chồng có vai trò quan trọng đến như vậy với nam giới thì hẳn bạn cũng có thể tưởng tượng rằng anh ấy cảm thấy mình "sáng giá" biết bao khi vợ anh ấy cảm thấy hạnh phúc và được yêu thương, đặc biệt khi cô ấy ca ngợi anh và những phẩm chất làm chồng của anh trước mọi người. Bằng ngược lại, hẳn bạn cũng hiểu anh ấy sẽ lo lắng biết bao khi nhận được những lời phán xét lạnh lùng rằng anh sai lầm, rằng anh chỉ là kẻ giả tạo và không biết mình đang làm gì trong cuộc sống.

Một người đã viết cho tôi thế này:

"Tôi chưa từng gặp người đàn ông nào có thể giải đáp mọi thắc mắc về việc trở thành một người chồng, người cha mẫu mực. Nếu có được những người cha tốt, chúng tôi sẽ cố nhớ lại những gì ông ấy đã làm trong tình huống cần giải quyết. Nếu không, chúng tôi sẽ cảm thấy mình đang cố tạo ra một hình ảnh tốt đẹp. Và nếu

người vợ cứ mãi thử thách, phàn nàn về chồng mình, sự giả tạo ấy càng được lặp đi lặp lại nhiều hơn. Điều đó có thể dẫn đến tình trạng là người đàn ông trở nên thu mình lại, không còn chủ động thể hiện vai trò người chồng, người cha trụ cột trong gia đình. Đó là thực tế những gì đàn ông thường suy nghĩ".

VẬY, PHỤ NỮ CHÚNG TA NÊN LÀM GÌ?

Thế thì, liệu chúng ta nên làm gì cho "phải phép" đây? Anh ấy không có trách nhiệm tự tìm ra giải pháp cho vấn đề này. Một khi đã hiểu được những suy nghĩ và cảm nhận thầm kín của anh ấy, hành động và lời nói của phụ nữ chúng ta có thể tạo nên sự thay đổi lớn.

Hãy ca ngợi tài năng của anh ấy!

Sách Cách ngôn có kể câu chuyện một người phụ nữ đã quyến rũ chàng trai mới lớn bằng những lời tán tỉnh ngọt ngào. "Người phụ nữ vòng tay qua cổ chàng trai và nhìn chàng bằng ánh mắt như hút cả hồn chàng… Nàng nói: 'Chàng chính là người em đang tìm kiếm!'. Và thế là chàng trai đi theo nàng ngay lập tức".

Tán tỉnh thật ra chính là một hình thức quyến rũ bằng sự ca ngợi. Một chuyên viên tâm lý gia đình nói với tôi rằng: "Có ca ngợi là có tất cả. Khi một người đàn ông được ca ngợi, anh ta sẽ chinh phục cả thế giới. Ngược lại, anh ta sẽ trở nên kém tự tin và kém mạnh mẽ. Và tôi dám chắc rằng, anh ta sẽ, dù là vô thức hay có ý thức, tìm đến những nơi anh ta được ca ngợi!".

Gia đình là nơi quan trọng nhất để người đàn ông cảm thấy được ca ngợi. Nếu cảm nhận được niềm tin nơi vợ mình, người đàn ông sẽ như được tăng thêm sức mạnh để thành công hơn trong cuộc sống. Nam giới thường cho rằng cuộc sống như một cuộc thử thách hay một chiến trường và họ sẽ dũng mãnh chiến thắng trên chiến trường đó nếu có một người phụ nữ biết ủng hộ họ vô điều kiện, biết dịu dàng giúp họ thư giãn và khích lệ họ bằng cách khẳng định rằng họ sẽ thành công. Một người bạn thân của tôi nói rằng: "Vấn đề nằm ở chỗ vợ tôi có dám tin tưởng là tôi sẽ làm được hay không mà thôi. Một người chồng có thể băng rừng lội suối, đánh bại kẻ thù và mang về chiến thắng nếu anh ta tin rằng người vợ ở nhà cũng vững tin rằng anh sẽ chiến thắng!".

Đừng làm anh ấy nản chí!

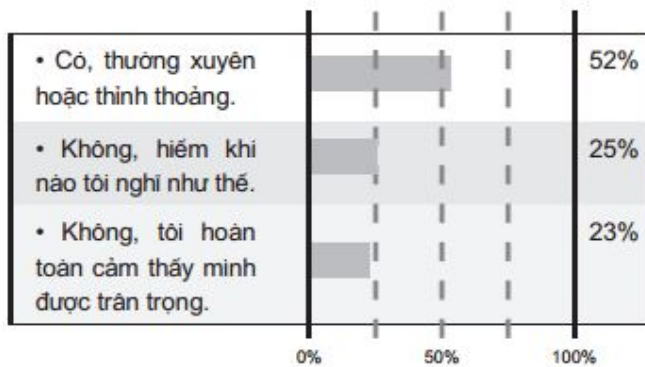
Thay vì ca ngợi và khích lệ anh ấy, nếu bạn chỉ biết đưa ra những lời nhận xét tiêu cực về anh ấy thì chẳng khác nào bạn đang tự

đào hố để chôn đi ước mong lớn nhất của mọi người vợ, đó là có một người chồng lý tưởng.

Chỉ có ¼ số đàn ông được khảo sát cho biết họ cảm thấy được gia đình trân trọng đúng mức.

Thế nhưng tôi đã khám phá ra một thực tế không hay ho chút nào. Đó là chỉ có ¼ số đàn ông được khảo sát cho biết họ cảm thấy được gia đình trân trọng đúng mức. Và 44% nam giới cảm thấy họ không được trân trọng ngay trong gia đình mình. Và đáng buồn hơn, những người đàn ông thuộc lứa tuổi lý tưởng nhất để đảm đương trách nhiệm làm chồng, làm cha, làm người trụ cột trong gia đình - tức là từ 36 đến 45 tuổi - lại càng cảm thấy ít được trân trọng hơn so với những người đàn ông ở lứa tuổi khác.

Trong đời sống gia đình, có bao giờ bạn cảm thấy mình không được trân trọng không? (Chọn một câu trả lời đúng với bạn nhất). Nam giới tuổi từ 36 đến 45:



Tôi dám chắc rằng vợ hoặc bạn gái của những người đàn ông này sẽ rất ngạc nhiên khi đọc được câu trả lời của họ. Tôi đoán rằng hầu hết phụ nữ chúng ta đều trân trọng người đàn ông của mình nhưng chỉ chưa thể hiện đúng mức mà thôi.

Anh ấy sẽ tìm kiếm sự ca ngợi ở nơi khác!

Khi một người đàn ông không thật sự tin rằng mình là người tuyệt vời nhất trong mắt của vợ hay người yêu của mình, họ sẽ đi tìm kiếm sự ca ngợi ở "nơi" khác. Có thể họ sẽ chôn mình trong công việc, nơi cho họ cảm giác tồn tại và tệ nhất là họ bắt đầu nói và nghĩ về những người phụ nữ đáng ngưỡng mộ khác. Hoặc họ cũng có thể đắm chìm vào việc theo dõi hay chơi các môn thể thao, thích thú tận hưởng cảm giác gay cấn của các pha tấn công,

cạnh tranh quyết liệt. Hoặc họ có thể rút lui vào góc làm việc riêng ở nhà vì cảm thấy ít ra đó là nơi duy nhất mà họ còn có thể điều khiển được mọi việc.

"Thế theo cô còn lý do nào khác khiến nam giới say mê thể thao đến thế? - Một anh hỏi tôi. Vì đó là lĩnh vực giúp họ cảm thấy tự tin về bản thân, ít ra đó cũng là điều mà họ đã từng tham gia và hiểu biết. Trên sân đấu, họ được

Những người đàn ông khác khích lệ và ngưỡng mộ, chẳng hạn như: "Chơi hay lắm!" hay "Thật là một cú bóng ngoạn mục!". Chẳng có gì có thể sánh với cảm giác ấy. Tôi cũng sẽ cảm thấy tương tự nếu về đến nhà được vợ khen ngợi vì mới ký được một hợp đồng mới hay nghe cô ấy khoe với bạn bè về người chồng tuyệt vời của mình!".

"Tất cả những người phụ nữ trong các tạp chí dành cho nam giới đều có chung một thông điệp: "Ước gì anh là người đàn ông của đời em. Anh là người đàn ông được nhiều phụ nữ khao khát nhất trên thế gian này!".

Trong quá trình viết quyển *Những Ánh Đèn Ở Đường Số 10*, một vài chuyên gia đã cho tôi biết rằng nỗi khát khao được khen ngợi và nhìn nhận ở nam giới về lâu về dài có thể trở thành nguyên nhân khiến họ đâm ra nghiện những thể loại sách báo, tranh ảnh khiêu dâm. Với nhiều lý do khác nhau, họ tự cảm thấy mất dần bản lĩnh nam giới và bắt đầu tìm kiếm sự ca ngợi, thừa nhận ở các loại văn hóa phẩm này. Một người cho biết:

"Tất cả những người phụ nữ trong các tạp chí dành cho nam giới đều có chung một thông điệp: "Ước gì anh là người đàn ông của đời em. Anh là người đàn ông được nhiều phụ nữ khao khát nhất trên thế gian này!". Thực tế có thể là: vợ tôi đang cằn nhằn ở nhà, con cái thì cãi lại tôi suốt hoặc tôi đang lo lắng vì công việc hiện tại rối bù cả lên, nhưng chỉ cần nhìn các cô người mẫu tươi mát ấy tôi lại cảm thấy mình rất đàn ông".

Thế thì, vấn đề đặt ra là nếu sự khen ngợi quan trọng đến như thế thì tại sao một người đàn ông lại phải đi tìm kiếm nó ở đâu xa trong khi ngay bên cạnh họ là một người vợ luôn yêu quý và tôn trọng họ? Chẳng có gì sai khi họ đi tìm kiếm niềm vui được khẳng định bản thân trong thể thao, công việc hay những thú vui cá nhân khác, bởi họ cần cảm thấy yêu đời, được khích lệ trong cuộc sống. Chỉ có điều, họ không đáng phải chịu đựng cảm giác tự ti, mặc cảm trong đời sống gia đình vì thiếu sự tôn trọng nơi bạn và

con cái.

HÃY TẠO MỘT TỔ ẤM BÌNH YÊN CHO ANH ẤY

Thật dễ hiểu là sau một ngày làm việc mệt nhọc và phải chịu đựng bao sự giám sát, đánh giá, người đàn ông của bạn chỉ mong tìm về một mái nhà bình yên nơi họ được chấp nhận vô điều kiện trong tình yêu thương và sự tôn trọng của bạn và các con, nơi họ có thể yên tâm rũ bỏ lớp áo giáp ban ngày khi phải đối diện với xã hội. Đàn ông cần một nơi để có thể phạm sai lầm mà không bị trừng phạt và thoát khỏi cảm giác lúc nào cũng phải lo sợ mình sai sót khi bộc lộ bản thân.

Nếu phụ nữ chúng ta không hiểu được điều này và lúc nào cũng chăm chăm phát hiện ra những lỗi lầm của họ trong gia đình, chúng ta đang vô tình tạo ra một gia đình trái ngược với ao ước của mình. Hầu hết chúng ta đều mong rằng, ở bên chúng ta anh ấy sẽ sống thoải mái và luôn cởi mở với chúng ta. Thế nhưng, tạo được một môi trường bình yên, đầy ắp yêu thương hay không lại phụ thuộc rất nhiều vào chính phụ nữ chúng ta.

Có thể bạn cho rằng quan niệm gia đình là "bến bờ bình yên cho người đàn ông quay về" đã trở nên lạc hậu, thế nhưng đó vẫn là sự thật. Hầu hết những người đàn ông mà tôi tiếp xúc đều ước ao được thoát khỏi áp lực hàng ngày của cuộc sống mà họ luôn phải đối diện. Bởi trong thực tế, khi mà môi trường nơi công sở ngày càng trở nên khắc nghiệt và bấp bênh thì một "bến bờ bình yên" lại càng trở nên quan trọng hơn đối với một người đàn ông.

Hầu hết những người đàn ông mà tôi tiếp xúc đều ước ao được thoát khỏi áp lực hàng ngày của cuộc sống mà họ luôn phải đối diện.

HƯỞNG ỨNG TRONG CHUYỆN YÊU ĐƯƠNG VỚI ANH ẤY

Bạn đừng vội giãy nãy lên vì ngạc nhiên mà nói rằng chuyện này thì có liên quan gì đến việc giúp anh ấy khẳng định bản thân kia chứ? Chúng ta sẽ có hẳn một chương ở phần sau để bàn về quan niệm của nam giới đối với tình dục, nhưng vì đã hứa với rất nhiều anh chồng vốn cho rằng tình dục có vai trò cực kỳ quan trọng trong đời sống gia đình nên tôi buộc phải đề cập đến vấn đề này ngay từ đây.

Một anh tham gia khảo sát đã viết cho tôi như thế này: "Tình dục đóng vai trò cực kỳ quan trọng trong việc tạo sự tự tin nơi người đàn ông! Một người đàn ông có thể có một công việc kinh khủng, bị chối bỏ trong lĩnh vực của mình hoặc phải đối diện với những

điều suy sụp khác nhưng chỉ cần người vợ vẫn tỏ ra ham muốn và thần tượng anh trên giường thì anh ta vẫn có thể giải quyết mọi khó khăn khác trong cuộc sống. Bằng ngược lại, những lời kiểu như "Anh chẳng có 'khí thế' gì cả, đừng có động vào em!" sẽ hủy hoại người đàn ông còn tàn khốc hơn cả những cú sốc lớn nhất ngoài xã hội.

Một người đàn ông khác thì nói rằng: "Không nên đánh giá thấp vai trò của tình dục. Đối với đàn ông, một đời sống tình dục viên mãn có tác dụng gấp ngàn vạn lần những lời khen ngợi giả tạo từ thế giới bên ngoài."

MÓN QUÀ CỦA LÒNG TỰ TIN

Tôi đã từng nghe nhiều đàn ông nói rằng: "Nam giới đặt áp lực lên bản thân mình rất lớn". Một anh tham gia cuộc khảo sát cho biết: "Tôi muốn vợ mình có thể hiểu và thông cảm cho những điểm yếu kém, thất bại của tôi nhưng vẫn yêu tôi. Tôi muốn cô ấy là nguồn động viên lớn nhất giúp tôi trở thành người đàn ông mà Chúa đã từng tạo ra theo ý Người".

Có thể phụ nữ chúng ta vẫn nghĩ rằng mình không có khả năng giúp nam giới thay đổi cảm giác thiếu năng lực, nhưng đó là một sai lầm! Bằng cách một lòng một dạ ủng hộ anh ấy, thể hiện rõ niềm tin của bạn nơi anh ấy và tạo nên một mái ấm bình yên, đầy ắp yêu thương chờ đón anh ấy mỗi ngày, ít nhất bạn cũng đã giúp anh ấy có được sự tự tin về mặt tinh thần và tình cảm để có đủ sức mạnh đối diện với những thử thách khác trong công việc và cuộc sống vào sáng hôm sau.

Trong quyển tự truyện Jack: Sự thật về Cuộc đời, Chủ tịch Tập đoàn General Electric Jack Welch đã cho thấy một suy nghĩ thường gặp ở doanh nhân mà những người làm mẹ, làm vợ nên quan tâm bởi tầm quan trọng của nó:

"Có lẽ món quà to lớn nhất mà bà đã tặng cho tôi chính là sự tự tin vào bản thân mình. Đó cũng là điều mà tôi đã tìm kiếm và luôn cố gắng tạo dựng cho nhân viên của mình. Sự tự tin giúp khích lệ và đưa bạn đạt đến

Những tầm cao mới trong cuộc sống. Nó giúp bạn dám đương đầu với những rủi ro lớn hơn và đạt được ngay cả

Những điều gần như không tưởng. Gây dựng lòng tự tin cho người khác là một phần công việc của người lãnh đạo thông qua việc tạo cho nhân viên cơ hội lẫn thử thách để làm những điều mà họ chưa

bao giờ dám nghĩ mình sẽ làm được, đồng thời khen thưởng họ đúng lúc sau mỗi thành công bằng những cách có thể".

"Hãy làm thế nào để mỗi buổi sáng, người đàn ông của đời bạn có thể trở lại 'cuộc chiến' bên ngoài xã hội với niềm tin bách chiến bách thắng."

Một người vợ hoàn toàn có thể mang lại cho chồng mình sự tự tin ấy, cũng như ngược lại, một anh chồng có thể giúp vợ cảm thấy điều đó trong cuộc sống. Điều đó không có nghĩa là bạn chỉ cốt sao để trở thành một "người vợ bé nhỏ" luôn khép nép, nâng khăn sửa túi cho chồng mà bạn cần phải hiểu rằng, đằng sau bề ngoài đầy tự tin và mạnh mẽ, anh ấy đang mang trong lòng một "tâm hồn yếu đuối" và do vậy, họ luôn khao khát được bạn khen ngợi, thừa nhận khả năng trong vai diễn cuộc đời của họ. Hãy làm thế nào để mỗi buổi sáng, người đàn ông của đời bạn có thể trở lại "cuộc chiến" bên ngoài xã hội với niềm tin bách chiến bách thắng.

Chương 4

VAI TRÒ TRỤ CỘT - GÁNH NẶNG TRỌN ĐỜI CỦA NAM GIỚI

Vì sao nhu cầu trở thành trụ cột trong gia đình vừa là gánh nặng lại vừa là niềm vui của anh ấy?

Qua các cuộc phỏng vấn, tôi sửng sốt khi phát hiện ra rằng hầu hết đàn ông đều cho rằng họ có trọng trách phải chu cấp cho gia đình. Bất kể vợ họ có nghĩ gì về chuyện đó hay cô ấy có kiếm được tiền hay không thì người đàn ông vẫn nghĩ đó là trách nhiệm của họ. Và nhất định là thế!

Tôi ngạc nhiên khi nghe rất nhiều anh cứ đề cập đến cùng một vấn đề là: "Tôi rất yêu cô ấy, nhưng tôi không thể sống bám vào cô ấy được. Kiếm tiền là chuyện của tôi."

Trong một số cuộc khảo sát các ông chồng có vợ ngồi kế bên, nhiều trường hợp người vợ giãy nãy với chồng rằng: "Nhưng em cũng đi làm mà! Có bao giờ em không đóng góp vào thu nhập của gia đình đâu?". Người chồng nhẹ nhàng trả lời: "Chuyện em có đi làm hay không không có liên quan gì đến vấn đề của đàn ông các anh. Những gì em kiếm được chỉ là để có thêm tiền chợ hay quà vặt thôi chứ không thể giải quyết được những khoản chi tiêu lớn trong gia đình. Anh mới là người kiếm tiền chính cho cả nhà mình!".

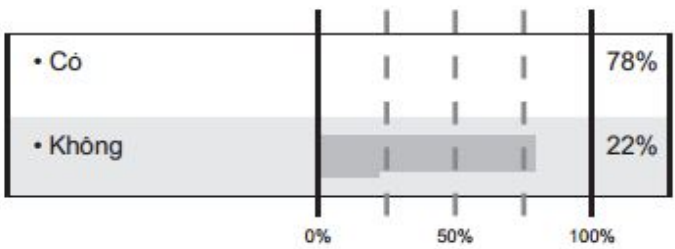
"ĐÓ LÀ VIỆC CỦA ANH..."

Chúng ta ai cũng từng biết đàn ông thích làm trụ cột, làm người chu cấp cho cả gia đình. Từ xa xưa, họ đã muốn thể hiện khả năng này bằng cách đi săn và mang thực phẩm về cho gia đình họ. Thế nhưng, có một điều mà ít phụ nữ nào hiểu được, rằng đó không

chỉ là "niềm tự hào của đàn ông" mà thực tế còn là gánh nặng trên vai nam giới từ khi họ được sinh ra đời.

Kết quả khảo sát cho thấy những điều rất đáng ngạc nhiên. Trước hết, nhu cầu được làm trụ cột chính trong gia đình ở nam giới mạnh mẽ đến độ cho dẫu hàng tháng bạn có mang về một món thu nhập kha khá thì anh ấy vẫn cảm thấy bị thúc ép phải kiếm thật nhiều tiền để chu cấp cho bạn và con cái của hai người.

Giả sử vợ/người yêu của bạn có kiếm đủ tiền để chu cấp cho cuộc sống của hai người thì liệu bạn vẫn cảm thấy mình phải kiếm tiền để lo cho cả nhà không? (Chọn một trong hai câu trả lời bên dưới).



Dẫu đó là một người đàn ông đã có gia đình hay chưa, già hay trẻ, có theo tôn giáo nào hay không thì có đến ba phần tư nam giới luôn cảm nhận sự thôi thúc đó.

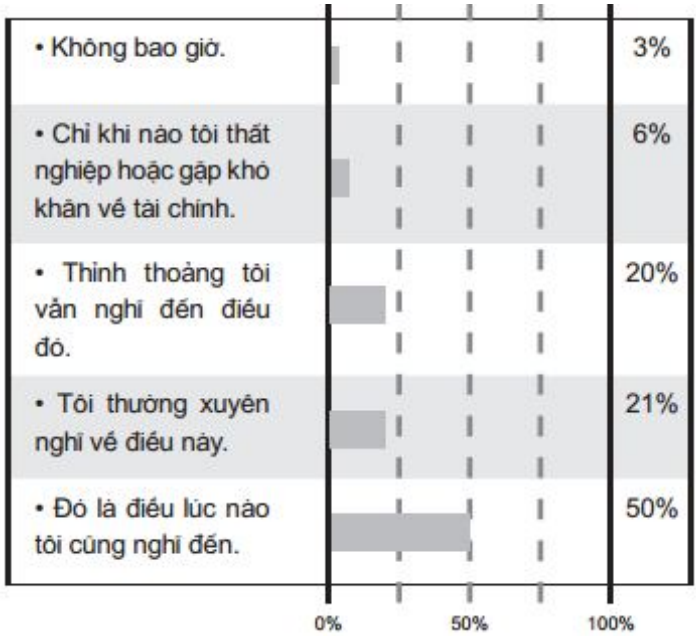
Chỉ có một điểm khác biệt lớn nhất là nằm ở yếu tố sắc tộc: sự thôi thúc đó mạnh mẽ hơn trong những nhóm sắc tộc nhỏ.

Trên thực tế, hầu hết nam giới đều tin rằng mình cần phải trở thành trụ cột chính trong gia đình. Niềm tin này sâu sắc đến mức gần như không gì có thể khiến họ trút bỏ nó. Cũng giống như nỗi ám ảnh thường trực của phụ nữ về việc sợ bị lên cân vậy.

"Đó là chuyện của anh, luôn luôn là như vậy!"

Điều thứ hai mà những cuộc khảo sát của tôi cho thấy là, nam giới không chỉ mang gánh nặng làm trụ cột tài chính trong gia đình trên vai mà còn mang nó mọi lúc mọi nơi. Lúc nào trong suy nghĩ của mình, họ luôn nghĩ đến nghĩa vụ đó. Mời bạn xem các dữ liệu dưới đây:

Anh thường nghĩ đến trọng trách chu cấp cho gia đình của mình vào lúc nào? (Chọn một trong các câu trả lời sau).


• Không bao giờ.
3%
• Chỉ khi nào tôi thất nghiệp hoặc gặp khó khăn về tài chính.
6%
• Thỉnh thoảng tôi vẫn nghĩ đến điều đó.
20%
• Tôi thường xuyên nghĩ về điều này.
21%
• Đó là điều lúc nào tôi cũng nghĩ đến.
50%
0%
50%
100%

Nếu nhìn kỹ kết quả trên, bạn sẽ thấy rằng có đến 71% nam giới hầu như thường xuyên nghĩ đến trọng trách này trong cuộc sống. Hãy tượng tượng trong đầu họ lúc nào cũng tồn tại "gánh nặng đơn độc nhất" này!

Một nhân viên ở công ty Costco của tôi nói rằng: "Lúc nào tôi cũng nghĩ đến vai trò kiếm tiền chu cấp cho cả gia đình. Đàn ông chỉ là đàn ông khi anh ta làm được điều đó".

- Thế liệu có bao giờ anh không nghĩ đến điều đó không? - Tôi hỏi.

- Không, - anh đáp. - Vì đó là cách suy nghĩ của một người đàn ông.

THẾ GIỚI NỘI TÂM CỦA NGƯỜI TRỤ CỘT

Đến đây, có thể bạn sẽ hỏi rằng, tại sao nam giới lại cứ phải luôn canh cánh nỗi lo lắng ấy? Và phụ nữ chúng ta cần phải làm gì để nhận biết và chấp nhận điều này khi mà đó là một quan điểm khó thay đổi ở nam giới, cho dù trong xã hội ngày nay phụ nữ cũng gánh vác gia đình cùng họ?

CHU CẤP LÀ ĐẶC TÍNH CỦA NAM GIỚI

Trở thành người trụ cột, chu cấp cho gia đình là đặc tính cốt lõi của một người đàn ông. Theo họ, đàn ông đồng nghĩa với hình

ảnh người che chở, người chu cấp cho gia đình. Ngay cả những người đàn ông độc thân cũng cảm thấy như thế. Một lần, trên một chuyến bay đường dài, tôi có dịp trò chuyện với một anh chàng độc thân ngồi bên cạnh, tôi đã thử hỏi liệu anh có cảm thấy gánh nặng phải trở thành người trụ cột dù chưa có ai nâng khăn sửa túi không. Anh ta đáp: "Cũng thế thôi chị ạ. Độc thân như tôi thì lại muốn trở thành trụ cột của chính cuộc đời mình, nghĩa là, kiểm soát tốt cuộc sống của bản thân". Theo anh ta, nếu không tự chu cấp tốt cho bản thân thì sẽ phải sống nhờ vào người khác, mà như vậy thì có nghĩa là anh ta đã không còn tự kiểm soát cuộc sống của mình nữa.

Đàn ông cảm thấy mạnh mẽ khi họ đóng vai trò chu cấp trong cuộc sống. Và họ thích được làm chỗ nương tựa cho người khác.

Nói cách khác, trở thành trụ cột trong cuộc sống không hẳn là một gánh nặng mà còn là niềm khao khát của nam giới. Đàn ông cảm thấy mạnh mẽ khi họ đóng vai trò chu cấp trong cuộc sống. Và họ thích được làm chỗ nương tựa cho người khác. Vì khả năng chăm sóc

Những người mà họ có trách nhiệm phải chăm sóc chính là thước đo về giá trị bản thân đối với nam giới.

Một lần, tôi nói với một anh bạn rằng tôi rất ngạc nhiên khi thấy nam giới cứ căng thẳng về chuyện phải là người trụ cột trong gia đình. Anh ấy bèn bảo: "Có lẽ chúng ta nên xem đây là một quan điểm ngược lại với

Những gì nam giới vẫn nghĩ về tình dục. Nếu trong tình dục, nam giới rất thực tế trong khi phụ nữ lại đầy tình cảm thì về chuyện tiền nong, tức công ăn việc làm hay vai trò chu cấp tài chính trong gia đình, thì nam giới lại rất tình cảm trong khi phụ nữ lại hoàn toàn thực tế".

CHU CẤP LÀ CÁCH TỐT NHẤT ĐỂ CHỨNG MINH RẰNG "ANH YÊU EM"

Đối với một người đàn ông, khi anh ta mang tiền về nhà thì đó là biểu hiện của tình yêu theo cách đơn giản, thuần túy nhất. Bởi vì làm như thế là anh ta đã có một điều gì đó để chứng tỏ tình yêu với bạn (thông điệp ở đây là: "Anh có thể chăm sóc cho em, anh xứng đáng với em".) và anh ta muốn thể hiện nó như thế.

Thậm chí còn hơn thế nữa, mang tiền về nhà là cách thể hiện tình yêu chủ yếu của một người đàn ông đối với vợ. Một anh chồng trẻ

đã chia sẻ như thế này: "Nhiệm vụ của tôi là lo về mọi khoản chi tiêu trong nhà để vợ tôi không phải bận tâm. Đó là một cách để tôi thể hiện tình yêu của mình với cô ấy".

LÀM VIỆC BÙ ĐẦU = YÊU?

Thật là nực cười khi phụ nữ chúng ta vẫn thường hay phàn nàn về các ông chồng cứ mải mê làm việc mà không hề biết rằng, đó là cách họ thể hiện tình yêu đối với những người vợ như chúng ta. Vì vậy, những lời cằn nhằn chỉ khiến nam giới vừa khó hiểu vừa phiền muộn!

Một cặp vợ chồng gần đây đọc quyển những Ánh Đèn Trên Đường Số 10, trong đó có cảnh nhân vật nam chính phải thường xuyên đi công tác xa nhà, khiến người vợ buồn rầu tự hỏi không biết anh ta có còn yêu mình nữa hay không.

Sau khi đọc, người chồng vốn cũng hay đi công tác bèn quay sang hỏi vợ: "Còn em thì sao, có khi nào lo lắng giống cô ấy không?". Đáng ngạc nhiên là cô vợ cũng đồng tình với nhân vật nữ trong truyện.

"Thế em nghĩ tại sao anh phải làm việc nhiều đến thế? Đó là bởi vì anh quan tâm đến em."

Ngạc nhiên đến sững người, anh chồng phản ứng: "Thế em nghĩ tại sao anh phải làm việc nhiều đến thế? Đó là bởi vì anh quan tâm đến em." Anh ấy đã đi khắp nơi gần như suốt 25 năm qua trong khi người vợ không hề hiểu rằng anh đang hy sinh vì tình yêu với mong muốn mang lại cho người phụ nữ của đời mình một cuộc sống tốt đẹp.

TRỞ THÀNH TRỤ CỘT CÒN LÀ KHÁT VỌNG THÀNH CÔNG CỦA ANH ẤY

Đến đây, còn có một vấn đề khác mà chúng ta nên thành thật xem xét. Đó là, người đàn ông khát khao trở thành trụ cột còn là để chứng tỏ sự thành công của họ trong cuộc sống. Rất nhiều nam giới mà tôi phỏng vấn đã cho thấy động lực kép đằng sau ước muốn trở thành người chu cấp trong gia đình: đó là khát vọng được chu toàn cuộc sống cho người thân yêu lẫn hoài bão thành công trong sự nghiệp. Đến phân nửa số nam giới tham gia phỏng vấn cho biết lý do họ chìm đắm trong công việc là vì "Tôi cần phải làm thật nhiều để tiến xa hơn, để trở thành người tiên phong". Hoặc "Tôi làm việc nhiều vì thấy thích thú", hay vì cả hai lý do trên.

Hầu như tất cả nam giới mà tôi trò chuyện đều có chung một suy nghĩ như thế này: "Điều duy nhất mà tôi mong muốn là cô ấy hiểu rằng, tôi yêu thích công việc của mình và sự thành công của tôi cũng quan trọng đối với cả cô ấy".

Cũng giống như phụ nữ luôn có vô số lý do để làm những điều mình yêu thích, kể cả trong công việc, thì nam giới cũng vậy. Chúng ta nên trân trọng động cơ làm việc, thành công và khao khát trở thành trụ cột chính trong gia đình của anh ấy, miễn là cuộc sống vẫn cân bằng và mối quan hệ tình cảm trong gia đình bạn luôn gắn bó, bền vững. Nói cách khác, phụ nữ chúng ta nên cảm thấy biết ơn nếu anh ấy tỏ ra yêu thích công việc hàng ngày vốn có ích cho cả gia đình.

LÀM TRỤ CỘT CÓ NGHĨA LÀ CHẤP NHẬN RỦI RO THẤT BẠI

Nếu đối chiếu với những gì chúng ta đã đề cập ở chương trước, tức tận sâu trong lòng của mỗi người đàn ông luôn là nỗi lo lắng về khả năng của bản thân trong cuộc sống, thì sứ mệnh trở thành trụ cột chính trong gia đình mà nam giới tự đặt ra cho mình cũng chính là điều tiềm ẩn nhiều rủi ro thất bại nhất.

Người ta vẫn thường nói: "một người đàn ông không có khả năng chu cấp cho gia đình mình là một kẻ tệ hại nhất trên đời". Riêng với tôi, là một phụ nữ tôi cảm thấy đó còn là một mệnh lệnh: hãy trở thành trụ cột trong gia đình, bằng không anh chẳng đáng mặt nam nhi.

Sứ mệnh trở thành trụ cột chính trong gia đình mà nam giới tự đặt ra cho mình cũng chính là điều tiềm ẩn nhiều rủi ro thất bại nhất.

Trong thực tế, nam giới thường cảm thấy rất kinh khủng khi họ không thể kiếm ra tiền để chu cấp cho gia đình. Đó là một cảm giác tự nhiên, một nhu cầu tự nhiên luôn tồn tại ở hầu hết mọi người đàn ông.

"ANH CÓ CẢM GIÁC NHƯ MÌNH BỊ LỘT DA TỪNG MẢNG!"

Chính vì bị thôi thúc bởi điều này mà nam giới lúc nào cũng sợ bị thất bại trong công việc, sợ bị sa thải, sợ bị thua sút trong kinh doanh. Vì có đến 61% nam giới cho biết họ cảm thấy mình không được đánh giá cao trong công việc nên sự thật là rất nhiều người trong số họ luôn cảm thấy rủi ro trước mắt. Nhưng bởi lúc nào chúng ta cũng cho là họ thông minh và có tài nên có thể chúng ta không nhận ra nỗi lo lắng này của họ, từ đó chúng ta không hiểu rằng họ sẵn sàng làm tất cả Những gì cần thiết để bảo vệ công việc

và thu nhập cho gia đình.

Nếu xảy ra chuyện xấu nhất và cả nhà phải gặp khó khăn về tài chính, người đàn ông sẽ cảm thấy mình bị thất bại trong cuộc sống. Ngay cả khi những khó khăn đó không có liên quan gì đến anh (ví dụ như khách hàng lớn nhất của anh bị phá sản) đi nữa, nhưng kết quả là bạn phải điều chỉnh lối chi tiêu của gia đình, chẳng hạn như không thể mua cho con những món quà sinh nhật đắt tiền như trước hay gặp khó khăn trong chuyện trả lãi ngân hàng tiền mua nhà, thì người đàn ông vẫn cảm thấy thật đau khổ vì thất bại.

Một anh đang gặp khó khăn trong công việc kinh doanh cho biết: "Mỗi ngày, cứ mỗi bước đi là tôi có cảm giác như mình bị lột từng mảng da ra vậy!".

VÀ ANH ẤY CÓ THỂ CẢM THẤY NHƯ ĐANG BỊ MẮC BẪY

Mỗi ngày, người đàn ông trụ cột trong gia đình bạn vừa mong muốn được làm nơi nương tựa cho bạn vừa có cảm giác như đang bị mắc bẫy. Phần lớn đàn ông chìm đắm trong công việc hàng giờ mỗi ngày không chỉ để vượt xa mọi người mà còn vì họ "không còn chọn lựa nào khác". Do vậy, họ trở nên nản lòng khi phụ nữ chúng ta không nhận ra điều đó, đặc biệt là khi họ cảm thấy chúng ta là cội nguồn của áp lực ấy.

Một anh có câu trả lời rất thẳng thắn trong cuộc khảo sát nọ, rằng anh ước gì mình có thể nói với người vợ thân yêu ở nhà thế này: "Anh cảm thấy khó xử quá! Em muốn anh ở nhà nhiều hơn, (tuần nào anh ấy cũng đi công tác xa và luôn ao ước được ở nhà với vợ con) thế nhưng em cũng muốn có nhà mới, có đồ đạc xinh đẹp, đắt tiền… Em làm ơn hiểu cho tình thế của anh.

Anh phải làm công việc này là vì dạo trước công ty đã sa thải rất nhiều người. Anh có cảm giác như cùng một lúc mình phải đẩy hai tảng đá lớn lên đỉnh đồi vậy!".

Họ trở nên nản lòng khi phụ nữ chúng ta không nhận ra điều đó, đặc biết là khi họ cảm thấy chúng ta là cội nguồn của áp lực ấy.

Ngay cả khi chúng ta không tạo áp lực cho anh ấy về mặt vật chất trong cuộc sống, chúng ta cũng có thể vô tình khiến anh ấy căng thẳng khi cứ phàn nàn mãi về chuyện anh chìm đắm trong công việc. Ví dụ, nhiều phụ nữ cứ âm thầm nghĩ rằng nếu anh ấy biết từ chối sếp một vài lần thì vẫn có thể có thêm thời gian cho gia đình.

Hoặc, vì anh ấy không thực sự muốn dành thời gian cho vợ con đó thôi. Biết vậy nên tôi đã thử hỏi các anh tham gia khảo sát về những suy nghĩ đó. Bạn biết không, hầu như các ông chồng của chúng ta không hề nghĩ đến hai khả năng đó chút nào!

Thay vào đó, có đến 82% nam giới cho thấy động cơ làm việc miệt mài của họ là vì mọi người chứ không phải cho cá nhân họ. Bởi vì, theo họ nếu không làm thế thì tổ chức hoặc gia đình của họ sẽ bị thiệt hại. Hầu hết các ông đều trả lời rằng: "Nếu không làm việc cật lực như thế, công việc của tôi sẽ gặp nhiều rủi ro. Trong khi đó, tôi còn phải nuôi gia đình, vợ con". Hoặc giả như:

"Chẳng có cách gì có thể chu cấp tốt cho vợ con mà không phải làm việc cật lực. Tôi cũng có thể chọn một công việc an nhàn hơn, có nhiều thời gian ở nhà hơn chứ, nhưng khi đó thì tiền lương cũng sẽ kém đi". Và có đến phân nửa trong số họ cho biết, họ chẳng hề muốn phải xa gia đình nhiều đến thế!

Hãy nghe tâm sự của một anh chàng có cô vợ luôn phàn nàn anh về chuyện cái gì là quan trọng nhất đối với anh: "Tất cả những gì quan trọng nhất đối với tôi là gia đình. Tôi ước gì mình biết cách làm thế nào để giảm bớt công việc lại và rảnh rang hơn một chút để có nhiều thời gian dành cho gia đình nhưng lại không thể làm khác đi được. Tôi ước gì cô ấy cũng nhận ra điều đó".

Mong bạn đừng hiểu nhầm ý tôi. Tôi chẳng hề khuyên bạn phải ngồi im mà nhìn cảnh chồng mình cứ đi công tác liên tục. Thậm chí, trước kia tôi còn hỏi anh ấy đến nơi đến chốn về điều đó nữa kia. Nhưng nếu bạn có thể đặt mình vào địa vị của anh ấy và hiểu được cảm giác bị "mắc bẫy" với cái công việc ngốn hết thời gian của bạn, thì hẳn là anh ấy sẽ xem nỗi lo lắng của bạn như một nguồn động viên, ủng hộ chứ không phải là sự ca cẩm, phàn nàn đâu!

LÀM TRỤ CỘT NGHĨA LÀ KIẾM ĐỦ TIỀN CHO CẢ HIỆN TẠI LẪN TƯƠNG LAI

Đối với nam giới, ngày nay chuyện làm trụ cột trong gia đình còn đồng nghĩa với việc chu toàn cho gia đình cả trong tương lai. Về cơ bản, họ có cảm giác phải tạo đủ hai nguồn thu nhập: một để trang trải cho gia đình trước những nhu cầu hiện tại, hai là để nuôi sống cả nhà trong những năm về già. Một anh đã viết thế này trong email: "Tôi mong vợ tôi hiểu rằng tôi không chỉ làm lụng để nuôi sống gia đình trong hiện tại mà còn để chu cấp cho cả tuổi già của chúng tôi".

Rất nhiều nam giới trong tuổi lao động lo lắng về điều này vì họ đã nhìn thấy nhiều người đàn ông ở tuổi về hưu trở nên mất thăng bằng về tinh thần vì cảm thấy mất mát khi không còn chứng tỏ được khả năng kiếm tiền của mình. Vì khi cầm tiền hưu trí trên tay, họ có cảm giác cuộc sống của họ không còn mục đích nữa.

Suy nghĩ này giải thích vì sao khi bị thất nghiệp hoặc phải sống nhờ vào người khác, nam giới thường cảm thấy suy sụp và mất đi động lực sống. Họ cảm thấy mình thất bại trong vai trò người làm trụ cột, không còn mục đích sống và cũng không còn là một người đàn ông đích thực.

VẬY PHỤ NỮ CHÚNG TA NÊN LÀM GÌ?

Đến đây, chúng ta đã hiểu vì sao nhu cầu trở thành người trụ cột trong gia đình lại quan trọng đến thế đối với anh ấy. Vậy, câu hỏi đặt ra là phụ nữ nên làm gì trước điều đó?

HÃY XEM XÉT LẠI những MÂU THUẪN HIỆN TẠI

Chị em thân mến, chúng ta phải nhìn nhận một thực tế là những người đàn ông của chúng ta cảm thấy họ không có nhiều chọn lựa trong các vấn đề liên quan đến việc chu cấp chính trong gia đình. Và tận sâu trong lòng, họ cũng có thể đang cảm thấy chúng ta đang hiểu sai về họ. Trước tiên, mời bạn hãy xem xét những trường hợp mà cả hai điều nói trên có thể làm ảnh hưởng đến mối quan hệ của bạn.

Ví dụ, tôi hiểu được gánh nặng chu cấp của Jeff nên đã không xem thái độ mềm mỏng của anh đối với sếp là một biểu hiện của sự yếu đuối, mà ngược lại, đó là quyết tâm duy trì nguồn thu nhập cho cả gia đình của anh ấy. (Nghĩa là, trong trường hợp này phản ứng đầu tiên của tôi không phải là chỉ trích mà thay vào đó là sự trân trọng). Một số phụ nữ khác thì đột nhiên nhận ra gánh nặng mà họ đã vô tình đặt lên vai chồng khi mang về nhà hàng túi quần áo, vật dụng mua sắm mỗi ngày, trong khi số khác lại cảm thấy đau khổ thay chồng vì anh ấy kiếm được ít tiền hơn vợ. Số khác thì hiểu được "nỗi thống khổ của những anh chồng khi cứ bị buộc phải chọn giữa việc chu cấp cho nhu cầu lớn nhất của vợ là tiền bạc và việc thể hiện tình cảm bằng cách luôn dành thời gian cho cô ấy".

Dĩ nhiên, không có nghĩa là vì hiểu được những suy nghĩ của nam giới mà lúc nào chúng ta cũng phải đồng tình với họ! Chẳng hạn, chúng ta có thể sẵn sàng chấp nhận lượng thu nhập eo hẹp hơn

với điều kiện gia đình sẽ có thêm nhiều thời gian bên nhau hơn. Dù vậy, hiểu được nguồn gốc và lối sống của anh ấy nhiều hơn luôn là điều cốt lõi để giúp bạn có thể trao đổi hiệu quả hơn với anh ấy.

GIÚP GIẢI TỎA ÁP LỰC CHO ANH ẤY

Trong những năm gần đây, hầu như ai ai cũng đối diện với các khó khăn về tài chính và rõ ràng, điều này ảnh hưởng không nhỏ đến phụ nữ chúng ta. Lo âu rồi gây căng thẳng cho chồng, thúc bách anh ấy phải "làm một điều gì đó" là điều mà nhiều phụ nữ vẫn làm. Thế nhưng, nam giới vốn đã có quá nhiều căng thẳng trong cuộc sống và họ không cần bạn phải gia tăng áp lực thêm nữa. Trong thâm tâm, họ đã rất lo lắng về điều này.

Thay vào đó, họ cần ở bạn một niềm tin vững vàng rằng họ sẽ giải quyết được khó khăn ấy, đồng thời niềm tin đó sẽ giúp họ vượt qua những trở ngại để tồn tại. Bạn có thể làm những điều có ý nghĩa như góp tay gia tăng thu nhập cho gia đình, vui vẻ thu vén một kỳ nghỉ tiết kiệm thay vì đi du lịch nước ngoài chẳng hạn. (Tôi nói vui vẻ chứ không phải chấp nhận, vì đối với nam giới, sự thất vọng của bạn là bằng chứng cho thấy họ đã thất bại).

Đối với nam giới, sự thất vọng của bạn là bằng chứng cho thấy họ đã thất bại.

Nhiều anh cho tôi hay, điều tốt nhất mà người bạn đời có thể chia sẻ với họ là biết chi xài chừng mực, chỉ mua sắm những gì thật sự cần thiết. Điều đó, cộng với sự ủng hộ về mặt tình cảm của phụ nữ, nam giới sẽ cảm thấy an tâm với suy nghĩ "chúng ta sẽ cùng nhau vượt qua khó khăn này".

Thế nhưng, làm thế nào chúng ta có thể ủng hộ anh ấy về mặt tình cảm khi mà chính chúng ta cũng đang cần được ủng hộ? Với kinh nghiệm nhiều lần cùng chồng đối diện với những khó khăn về tiền bạc, tôi nghiệm ra rằng hãy cứ phó mặc điều đó cho… ông Trời. Hãy để ông Trời gánh lấy trọng trách ấy. Ở phần kết của tác phẩm Chúa tể của những chiếc nhẫn, khi nhân vật anh hùng đã hoàn toàn kiệt quệ vì phải mang vác gánh nặng to lớn, người bạn thân nhất đã nhấc anh ta lên vai và nói rằng: "Tôi không thể mang giúp anh gánh nặng, nhưng tôi có thể mang anh trên vai". Bằng cách cầu nguyện cho anh ấy và tin cậy vào sự giúp đỡ của đấng tối cao thay vì cứ tuyệt vọng nhìn vào hoàn cảnh hiện tại, chúng ta sẽ cảm thấy nhẹ nhàng hơn với niềm tin rằng mọi chuyện rồi sẽ ổn thỏa, từ đó dễ dàng chấp nhận khó khăn hiện tại và tìm cách sống

chung với nó. Và quan trọng hơn cả, làm như thế chúng ta mới có thể dành nhiều tình cảm động viên, an ủi anh ấy.

ĐỘNG VIÊN, KHUYẾN KHÍCH ANH ẤY

Một anh chàng đã tóm tắt lại tất cả những gì nam giới cần nhất trong quan hệ gia đình, kể cả trong lúc thăng lẫn trầm. Đó là: "Hãy thường xuyên cám ơn anh ấy vì đã lo lắng, chu cấp cho gia đình. Vì anh ấy sẽ rất mau quên".

Hầu hết phụ nữ chúng ta ai cũng muốn hỗ trợ người đàn ông của đời mình. Cách tốt nhất để làm điều đó là bạn hãy tỏ ra thông cảm, trân trọng và giúp anh ấy giảm bớt gánh nặng trên vai thay vì gây thêm khó khăn cho anh ấy.

Một anh chồng khác thì cho biết thêm: "Hãy tỏ thái độ vui vẻ trong mọi hoàn cảnh, dù là lúc thịnh vượng hay khi thiếu thốn, để anh ấy thấy rằng nỗ lực làm việc cật lực của anh ấy không hoài phí. Và khi anh ấy phải về nhà khuya vì công việc, hãy tạo cho anh ấy sự ngạc nhiên bằng lời cảm ơn của bạn. Hãy vận dụng trí tưởng tượng của bạn để thể hiện điều đó".

Chương 5
TÌNH DỤC LÀM THAY ĐỔI TẤT CẢ

Vì sao tình dục là chìa khóa giải quyết mọi vấn đề của anh ấy?

Sự khát khao của bạn đối với anh ấy sẽ tác động sâu sắc đến cảm nhận của anh ấy về giá trị của bản thân và lòng tự tin trong mọi mặt cuộc sống.

Chẳng phải là một điều gì quá lạ lẫm khi nói rằng nhu cầu tình dục ở nam giới là rất lớn. Hẳn cô gái nào cũng từng nghe nói đến điều này từ thời sinh viên. Thế nhưng, liệu bạn có biết nhu cầu này ở nam giới mạnh đến mức nào? Và sâu xa hơn nữa, vì sao lại như thế?

Trong một cuộc khảo sát và qua những buổi phỏng vấn ngẫu nhiên trên toàn nước Mỹ, tôi đã phát hiện ra một điều thú vị: nam giới luôn có nhu cầu tình dục nhiều hơn mức hiện tại. Và thêm vào đó, họ tin rằng người bạn tình của họ dường như không hề nhận ra rằng, đây thật sự là một khủng hoảng không chỉ cho riêng người đàn ông mà còn cho cả mối quan hệ của hai người.

Nhưng tại sao lại là một khủng hoảng kia chứ? Thì ra, đằng sau đó là rất nhiều lý do chính đáng. Cũng giống như giấc ngủ vậy. Phải chăng tình dục đối với nam giới cũng là một nhu cầu sinh lý không thể cưỡng lại? Không hẳn là thế, nhưng thiếu thốn tình dục gây ảnh hưởng đến tình cảm của anh ấy cũng tương tự như khi anh ấy có "chiến tranh lạnh" với bạn vậy. Nó sẽ trở thành một nỗi đau đối với anh ấy, một mối bất bình có nguyên nhân và là hiểm họa cho cuộc hôn nhân của bạn.

Trong quyển sách này, nhằm mục đích tìm hiểu về những điều

mà phụ nữ chúng ta có thể còn chưa biết hoặc biết một cách sai lệch về nam giới, tôi sẽ không đề cập đến sức mạnh của nhu cầu tình dục ở nam giới mà chỉ tập trung vào tầm quan trọng của nó đối với họ. Nói cách khác, tôi không bàn về nhu cầu thể chất mà thay vào đó là khát khao tinh thần về mặt tình dục mà bạn có thể chưa biết ở anh ấy.

TÌNH DỤC THỎA MÃN NHU CẦU TINH THẦN MẠNH MẼ

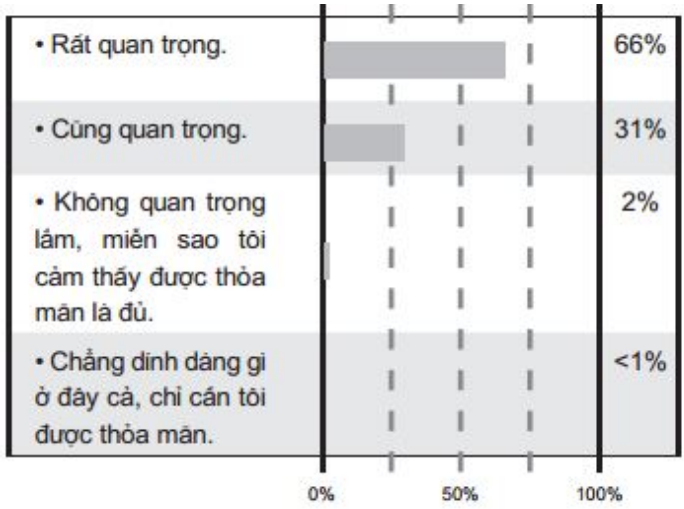
Hẳn bạn cũng từng nghe mọi người nói rất nhiều rằng tình dục chỉ là một vấn đề sinh lý đối với nam giới. Thế nhưng, sự thật hoàn toàn khác xa. Tất cả chỉ là vì nam giới không có thói quen diễn tả nhu cầu được yêu của mình bằng những lời nói lãng mạn đầy tình cảm nên phụ nữ chúng ta chưa hiểu hết họ.

Tận sâu trong lòng mình, người đàn ông của bạn thường cảm thấy cô độc và trĩu nặng bởi suy nghĩ mình còn khiếm khuyết. Tình dục giúp trấn an anh ấy rằng trong mắt bạn, anh ấy vẫn là một người đàn ông đáng được khao khát, giúp giải tỏa sâu sắc cảm giác cô đơn, cho anh ấy sự tự tin và sự cường tráng về mặt thể chất lẫn tinh thần cần thiết để đối diện với cuộc sống. Và tất nhiên, tình dục còn giúp anh ấy cảm thấy mình được yêu. Trong thực tế, anh ấy sẽ khó lòng cảm nhận một tình yêu hoàn hảo nếu không có sự hiện diện của tình dục.

Điều cơ bản nhất chính là anh ấy muốn được bạn khát khao.

Mời bạn xem câu trả lời chủ yếu của nam giới trong cuộc khảo sát sau đây:

Nói đến tình dục, đối với một số đàn ông thì chỉ cần được thỏa mãn khi cần là đủ. Đối với một số khác, được vợ khát khao và mong chờ cũng quan trọng không kém. Còn bạn, bạn có cảm thấy điều đó là quan trọng không? (Chọn một câu trả lời bên dưới).


• Rất quan trọng.
66%
• Cũng quan trọng.
31%
• Không quan trọng lắm, miễn sao tôi cảm thấy được thỏa mãn là đủ.
2%
• Chẳng dính dáng gì ở đây cả, chỉ cần tôi được thỏa mãn.
<1%
0%
50%
100%

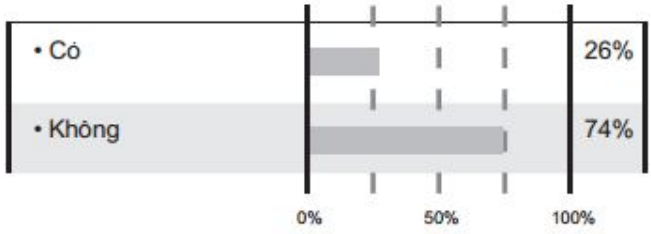
Và câu trả lời đã đạt đến độ nhất trí cao chưa từng có: 97% nam giới cho rằng "được thỏa mãn" thôi vẫn chưa đủ, họ muốn được vợ khao khát thật sự.

Một anh tham gia phỏng vấn đã tóm lược lại với tôi thế này: "Mọi người đều nghĩ rằng phụ nữ tình cảm hơn nam giới. Và mọi người cũng hay nghĩ rằng, hễ nói đến chuyện tình dục thì đàn ông chỉ biết "hùng hục xung phong", trong khi phụ nữ lại thích những "khúc dạo đầu" lãng mạn!

Chính vì thế mà phụ nữ thường nghĩ rằng ở nam giới, tình dục và cảm xúc là hai khái niệm hoàn toàn khác biệt. Thế mà sự thật lại không hề như thế, bạn ạ. Nếu bạn vẫn còn chưa đồng tình với tôi, thì nghĩa là bạn vẫn còn chưa hiểu hết những cảm xúc ở anh ấy đấy.

Và không chỉ một lời phủ nhận thẳng thừng có thể khiến anh ấy bị tổn thương, cuộc khảo sát còn chỉ ra rằng, ngay cả khi được thỏa mãn đầy đủ thì ba phần tư nam giới vẫn cho rằng họ sẽ không hề cảm thấy hạnh phúc nếu người vợ không hề có thái độ hưởng ứng và thỏa mãn khi ân ái.

Giả sử cô ấy đồng ý chiều anh nhưng lại tỏ vẻ miễn cưỡng hay chỉ đơn thuần là đáp ứng đòi hỏi của anh thì anh có cảm thấy thỏa mãn hay không? (Chọn một câu trả lời bên dưới).



Hãy nghe một ông chồng giải thích: "Tôi nghĩ là sau hơn hai mươi năm sống chung với nhau, vợ tôi đã hiểu được tầm quan trọng của tình dục đối với tôi. Nhưng tôi ước gì cô ấy cũng hiểu được rằng, sự khát khao của cô ấy đối với tôi cũng quan trọng không kém. Có thể cô ấy không có nhu cầu tình dục lớn, nhưng tôi cần được cô ấy luôn khao khát trong quan hệ vợ chồng".

CHUYỆN NÀY THỰC HƯ RA SAO?

Tôi tin rằng phụ nữ chúng ta sẽ không bao giờ từ chối điều gì có thể mang lại cho người đàn ông của mình cảm giác tự tin, mạnh mẽ trong cuộc sống, nhất là khi chúng ta biết được rằng đó là một điều có ý nghĩa vô cùng quan trọng đối với anh ấy. Hầu như sau một ngày dài ở văn phòng hoặc bận bịu với lũ trẻ, phụ nữ chúng ta khó ai còn hứng thú và khao khát đến chuyện phòng the. Tôi ngờ rằng bạn, cũng như bao chị em phụ nữ khác, không hề nhận ra ảnh hưởng của sự đáp ứng hờ hững đó (hoặc không đáp ứng gì cả) đối với anh ấy và cũng rất có thể, bạn chỉ xem sự đòi hỏi của anh ấy đơn thuần là một ham muốn thể xác hoặc thậm chí chỉ là một mệnh lệnh. Một khi đã hiểu rõ sự thật nằm sau những gì anh ấy thể hiện, chúng ta sẽ dễ cảm thấy mong muốn được hưởng ứng cùng anh ấy hơn.

VÌ SAO TÌNH DỤC LẠI QUAN TRỌNG ĐẾN THẾ?

Qua các cuộc khảo sát và phỏng vấn trực tiếp, tôi đã phát hiện ra rằng mức độ đáp ứng tình dục của bạn sẽ làm phát sinh hai loại tình cảm ở nam giới. Một là, họ cảm thấy hạnh phúc, mạnh mẽ từ trong tâm hồn cùng nhiều lợi ích khác khi cảm nhận được sự khát khao trọn vẹn của bạn. Và hai là, họ cảm thấy bị tổn thương sâu sắc nếu bạn có thái độ miễn cưỡng hay từ chối.

LỢI ÍCH THỨ NHẤT: TÌNH DỤC THỎA MÃN KHIẾN ANH ẤY CẢM THẤY ĐƯỢC YÊU VÀ ĐƯỢC KHAO KHÁT

Chẳng có gì đáng ngạc nhiên khi điều đầu tiên tôi ghi nhận được

từ kết quả cuộc khảo sát là một đời sống tình dục đều đặn, thỏa mãn và song phương đóng vai trò trọng yếu trong việc khiến người đàn ông cảm thấy họ được yêu thương và khao khát. Chúng ta hãy thử suy ngẫm về tâm sự sau đây: "Tôi ước gì cô ấy có thể hiểu được rằng, để đáp ứng tình cảm của tôi thì ưu tiên hàng đầu chính là cô ấy có thể nói to một cách rõ ràng: 'Đối với em, anh quan trọng hơn tất cả mọi thứ trên đời này!'. Đó là thông điệp có giá trị nhất và dễ hiểu nhất so với các thông điệp khác".

Lý do nam giới cần đến câu nói đó là vì rất nhiều người, dù vẫn có bạn bè thân thiết bên cạnh, nhưng tận sâu trong lòng vẫn luôn cảm thấy đơn độc, một điều thoạt nghe qua có thể là khá lạ lẫm với thế giới phụ nữ luôn tràn ngập cảm xúc của chúng ta. Và quan hệ tình dục là giải pháp có tác dụng làm xoa dịu nỗi thống khổ đó nhiều nhất.

Một ông chồng đã nói với tôi thế này: "Tôi có cảm giác ngày nào mình cũng loanh quanh trong cái vòng tròn luẩn quẩn, chiến đấu với cuộc sống. Thật là đơn độc. Đó là lý do vì sao mỗi khi có nhu cầu, tôi luôn muốn được vợ hưởng ứng nồng nhiệt".

Một anh khác thì lại diễn giải như sau: "Người đàn ông vẫn thật sự cảm thấy đơn độc trong lòng, ngay cả khi đã có vợ. Chỉ trong giây phút ân ái anh ta mới tìm thấy một con người khác trên thế gian này để san sẻ hoàn toàn cảm giác yếu đuối của mình, đó là lúc mà anh ta cảm thấy mình được hoàn toàn chấp nhận và không hề bị đánh giá. Đó là một sự khuây khỏa có tác động sâu thẳm đối với người đàn ông".

Ân ái là một sự khuây khỏa có tác động sâu thẳm đối với người đàn ông.

Điều này lý giải vì sao đôi khi nam giới lại đòi hỏi tình dục vào những thời điểm mà phụ nữ chúng ta không thể nào hiểu được. Chẳng hạn, một người vợ nọ không hiểu vì sao chồng mình lại có thể đòi hỏi chuyện ấy ngay sau khi gia đình vừa có đám tang một người họ hàng rất gần. Đối với đàn ông, ân ái là một hành động mang lại sự khuây khỏa và được cảm nhận bản thân đắm chìm trong tình yêu thương của bạn đời.

LỢI ÍCH THỨ HAI: TÌNH DỤC THỎA MÃN KHIẾN ANH ẤY CẢM THẤY TỰ TIN

Khi thể hiện sự khao khát đối với anh ấy, bạn không chỉ giúp anh ấy cảm thấy được yêu và được mong đợi. Như chúng ta đã nói đến

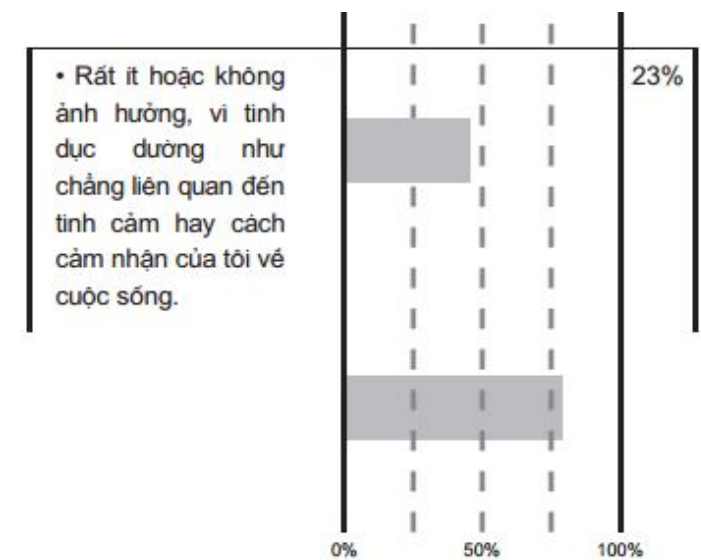
trong Chương 3 về "Kẻ giả tạo", sự khao khát của bạn chính là nền tảng của sự hỗ trợ sẽ tiếp thêm sức mạnh cho anh ấy đối diện với cuộc sống hàng ngày trong sự tự tin, mạnh mẽ.

Trong đoạn phim quảng cáo thuốc tăng cường sinh lực Viagra dành cho nam giới, câu chuyện xoay chung quanh những người bạn và đồng nghiệp cứ hỏi đi hỏi lại một anh chàng rằng, liệu điều gì làm nên sự khác biệt ở anh. Một kiểu tóc mới ư? Hay cơ hội thăng chức? Anh chàng chỉ lắc đầu và mỉm cười.

Một anh được tôi phỏng vấn đã nói về bộ phim quảng cáo đó như sau: "Ai xem quảng cáo cũng hiểu ngay bộ phim muốn nói đến điều gì. Đó chính là sự tự tin vào khả năng bản thân của người đàn ông. Mẩu quảng cáo đã nói lên điều mà tất cả đàn ông đều nhận thức được. Rằng nam giới sẽ tự tin và đàn ông hơn khi có đời sống tình dục ổn thỏa".

Trong cuộc khảo sát, ba phần tư số nam giới tham gia đồng tình với ý kiến đó.

Giả sử vợ bạn là một người bạn tình hấp dẫn và thú vị, nhờ vậy mà bạn có được một đời sống tình dục rất hạnh phúc. Hãy cho biết sinh hoạt tình dục có tác dụng đến mức nào đối với đời sống tình cảm của bạn? (Chọn một trong hai câu trả lời sau).


• Rất ít hoặc không ảnh hưởng, vì tình dục dường như chẳng liên quan đến tình cảm hay cách cảm nhận của tôi về cuộc sống.
23%
0%
50%
100%

• Có ảnh hưởng rất tích cực. Nó giúp tôi cảm thấy ổn thỏa về bản thân và thỏa mãn trong cuộc sống.	77%

Câu trả lời đã giúp tôi "mở mắt" trước một điều mà tôi đã từng nghe nhưng chưa hiểu hết. Trước đây, khi nghe nam giới nói họ sẽ "ổn thỏa hơn" khi được đáp ứng tình dục nhiều hơn, tôi chỉ nghĩ một cách phiến diện rằng họ đang muốn nói đến sự thỏa mãn thể xác.

Hãy nghe các ông chồng nói: "Sự việc diễn ra trong phòng ngủ đêm trước sẽ ảnh hưởng đến tâm trạng của tôi vào sáng hôm sau tại văn phòng". Hoặc, "Tình dục là một sự giải tỏa những áp lực hàng ngày trong cuộc sống…và hình như nó có thể giúp cho mọi thứ trở nên tốt đẹp hơn".

Đến đây, chúng ta đã hiểu vai trò quan trọng của đời sống tình dục đối với thế giới tình cảm trong anh ấy. Hẳn bạn đang tự hỏi anh ấy sẽ cảm thấy thế nào nếu không được thỏa mãn đầy đủ? Nào, chúng ta hãy cùng tìm hiểu tiếp nhé.

Sự việc diễn ra trong phòng ngủ đêm trước sẽ ảnh hưởng đến tâm trạng của tôi vào sáng hôm sau tới văn phòng.

TÁC HẠI THỨ NHẤT: "NẾU CÔ ẤY KHÔNG MUỐN, TÔI SẼ CẢM THẤY MÌNH BỊ TỪ CHỐI GHÊ GỚM!"

Dù ham muốn đến mấy, hầu hết đàn ông thà bỏ ra ngoài chặt cây, xén cành giữa trời mưa gió còn hơn là ân ái với một người chỉ thực hiện nghĩa vụ làm vợ một cách thụ động. Jeff, chồng tôi giải thích như sau: "Ít ra cây cối cũng không từ chối anh ta. Điểm cốt lõi nằm ở đó. Nếu người phụ nữ yêu chồng chỉ vì phải yêu chồng, anh ta sẽ cảm thấy mình bị từ chối ghê gớm!".

Mong bạn hãy luôn nhớ rằng, điều nam giới mong mỏi nhất ở phụ nữ chúng ta chính là sự khao khát, cần có anh ấy. Do đó, khi bạn đáp lại nhu cầu của anh ấy nhưng không tỏ ra thật sự hưởng ứng, anh ấy sẽ cho rằng đây là Những gì bạn muốn nói với anh ấy "Ngay cả khi cố gắng, anh vẫn không có khả năng làm tôi hứng thú. Và tôi cũng không quan tâm đến chuyện anh đang cảm thấy

thế nào!"

Hoặc khi chúng ta không đồng ý và xử trí theo lối cổ điển bằng cách viện cớ, khất lần như "Tối mai nha anh!" hay "Em buồn ngủ quá!"... anh ấy sẽ cho rằng ý bạn muốn nói: "Anh còn kém hấp dẫn hơn cả cái gối!... Em thật sự không quan tâm đến những gì anh đang nghĩ."

Mặc dù có thể chúng ta chỉ muốn nói rằng chúng ta không hứng thú tại thời điểm đó, anh ấy vẫn cho rằng đó là vì chúng ta không khao khát anh ấy.

Dưới đây là một số ý kiến của quý ông:

• "Cô ấy không hiểu là những cử chỉ vuốt ve, âu yếm sẽ khiến tôi cảm thấy được yêu thương. Và nếu cô ấy không muốn, tôi sẽ cảm thấy mình bị từ chối ghê gớm."

• "Khi cô ấy nói không, tôi cảm thấy mình đã bị TỪ CHỐI. "Không" không có nghĩa là nói "không" với chuyện yêu đương như cô ấy nghĩ, mà là cô ấy đã nói "không" với chính con người của tôi. Và tôi cảm thấy mình bị tổn thương vì đã là người hỏi xin cô ấy. Đó là một sự từ chối thẳng thừng, dễ hiểu nhất."

• "Cô ấy không hiểu rằng những lần từ chối thi thoảng của cô ấy đã khiến tôi cảm thấy mình trở nên kém hấp dẫn và không còn được khát khao như trước.

Tôi không thể cưỡng lại trước sức hấp dẫn của cô ấy. Và tôi muốn cô ấy cũng cảm nhận y như thế về tôi. Cô ấy luôn bảo tôi rất hấp dẫn. Nhưng hành động của cô ấy lại trái ngược hoàn toàn khiến tôi khó lòng mà tin được."

"Không" không có nghĩa là nói "không" với chuyện yêu đương như cô ấy nghĩ, mà là cô ấy đã nói "không" với chính con người của tôi.

Cảm giác bị từ chối và suy nghĩ mình đã không còn đủ sức hấp dẫn trong mắt vợ sẽ đẩy người đàn ông của bạn đến những nẻo đường tăm tối trong cuộc sống.

TÁC HẠI THỨ HAI: SỰ HỜ HỮNG CỦA BẠN CÓ THỂ KHIẾN ANH ẤY ĐAU KHỔ

Nếu như sự khao khát của bạn giúp anh ấy cảm thấy tự tin trong cuộc sống thì hẳn bạn cũng có thể dễ dàng hiểu được rằng thái độ hờ hững của bạn sẽ khiến anh ấy trở nên tự ti, xa cách và chìm vào

đau khổ.

Những người đàn ông mà tôi có dịp trò chuyện đã chế nhạo tôi khi nghe tôi nói rằng, phụ nữ không hề có ý từ chối người bạn đời của mình khi nói như thế. Họ cảnh báo rằng những người phụ nữ hay hành xử như thế là đang tự đào huyệt chôn lấy hạnh phúc của mình, bởi vì "Các cô đang có một người bạn đời bất hạnh, đau khổ!".

Tình dục luôn đóng vai trò quan trọng đối với nam giới, cả về mặt thể xác lẫn tinh thần. Do vậy, họ sẽ đau khổ chẳng khác gì phụ nữ bỗng dưng bị chồng bỏ rơi, ghẻ lạnh. Mời bạn cùng tôi chia sẻ qua lời tâm sự đau lòng của một ông chồng, mà các đấng nam nhi khác gọi đó là "sự tan vỡ của trái tim":

"Chúng tôi cưới nhau đã lâu. Tôi thật sự tiếc nuối và bực bội với tình trạng thiếu thốn tình cảm gần đây trong mọi mặt của mối quan hệ. Tôi cảm thấy mình bị từ chối, mất khả năng, tầm thường, cô đơn, trơ trọi và bị bỏ rơi. Nghĩ lại những gì mình đã mong đợi trước hôn nhân, tôi cảm giác như mình đã đánh mất một điều gì quý giá và tình thế trở nên không gì cứu vãn nổi. Tôi cảm thấy phẫn nộ và đau đớn ghê gớm trong lòng. Cảm giác này cứ dần nuôi dưỡng sự giận dữ và ghét bỏ lớn lên trong tôi".

LÀM THẾ NÀO ĐỂ KHỎA LẤP "KHOẢNG TRỐNG TÌNH DỤC" ẤY?

Mặc dù "mỗi cây mỗi hoa, mỗi nhà mỗi cảnh", tôi tin rằng vài điều mách nhỏ sau đây có thể giúp ích cho bạn:

HÃY YÊU NHƯ ANH ẤY MUỐN

Có thể tôi cũng từng giống bạn bây giờ, nghĩa là xem những đòi hỏi tình dục của anh ấy chỉ là nhu cầu về thể xác. Nói cách khác, nghĩa là nhu cầu đó cũng quan trọng đấy, nhưng không cứ nhất thiết phải được thỏa mãn ngay. Cũng giống như sau một ngày bị con cái quấy rầy, khi đêm xuống thì nhu cầu được ngủ ngon của bạn cũng quan trọng và cần thiết không kém. Và nếu chỉ xem tình dục là một nhu cầu về thể xác, bạn sẽ dễ dàng đặt nó vào vị trí so sánh ngang hàng với nhu cầu được ngủ. Nghĩa là, bạn sẽ cho mình quyền chọn lựa giữa hai điều: hoặc là ngủ, hoặc là yêu anh ấy. Nhưng một khi bạn nhận ra rằng, sự đòi hỏi của anh ấy muốn nói rằng "Điều này rất quan trọng đối với anh, nó khiến anh cảm thấy mình vẫn được em yêu thương và khao khát, nó giúp anh giải tỏa những căng thẳng, áp lực, sợ hãi, đơn độc… trong cuộc sống" thì

bỗng dưng mọi chuyện trở nên khác hẳn. Liệu khi đó bạn có còn nỡ lòng từ chối anh ấy hay không?

Hãy biết rằng bạn đang đối diện với một trái tim yếu đuối bên trong lớp vỏ bọc mạnh mẽ, đầy nam tính.

Trước hết, hãy biết rằng bạn đang đối diện với một trái tim yếu đuối bên trong lớp vỏ bọc mạnh mẽ, đầy nam tính.

Nếu có thể, hãy đáp lại mong muốn của anh ấy bằng tất cả tình cảm yêu thương, bạn sẽ khiến anh ấy phải cảm động sâu sắc. Nếu trong trường hợp không thể chiều anh ấy, hãy để những lời yêu thương chuyển tải tình yêu của bạn bằng cách thể hiện sự an ủi, động viên, khích lệ và tỏ ra ngưỡng mộ anh ấy. Hãy tận dụng tất cả sức mạnh của mình, từ lời nói đến những hành động mà anh ấy có thể hiểu rõ nhất để giúp người đàn ông mà bạn yêu quý không cảm thấy bị từ chối. Hãy làm thế nào để anh ấy hoàn toàn tin rằng bạn cũng rất khao khát anh ấy.

Xin hãy nhớ thêm rằng, nếu chỉ chiều anh ấy mà không toàn tâm toàn ý, bạn cũng sẽ không thể nào khiến anh ấy được thỏa mãn hoàn toàn. Trong thực tế, có khi bạn còn khiến anh ấy sẽ "bỏ ra sân chặt cây, xén cành" đấy! Vì vậy, hãy tận hưởng quà tặng yêu đương của tạo hóa và "cháy" hết mình vì nó.

HƯỞNG ỨNG, CẢ HAI SẼ CÙNG VUI HƠN

Một anh trong cuộc khảo sát dành cho những người đi lễ nhà thờ đã nói một cách chẳng hề e dè thế này:

"Phụ nữ cần giữ vai trò chủ động trong đời sống vợ chồng. Cô ấy cần phải chia sẻ với bạn tình về những gì mình mong muốn, cảm nhận. Người vợ thụ động đồng nghĩa với một cuộc sống tẻ nhạt".

Ồ ồ ồ!

Tôi phát hiện ra rằng rất nhiều nam giới thích khám phá sự bí ẩn của đời sống vợ chồng khi có vợ là một người tinh tế, nồng nàn trong chuyện chăn gối. Vài năm trước, tôi tình cờ nghe lõm một anh bạn độ ba mươi tuổi nói về những điều anh mong mỏi ở cô vợ. "Tôi thích có một người vợ thánh thiện, nghĩa là luôn chân thành, tử tế với mọi người…". Chợt giọng anh biến đổi vì cái cười thì thầm: "…Nhưng khi lên giường thì…!".

Hệt như trong bài hát Đằng Sau những Cánh Cửa Khép Kín, một người bạn thân của tôi gần đây cho biết.

Nghĩa là, người vợ cần hành xử như một thiếu nữ đoan trang khi ở trong phòng khách, nhưng hãy huyền bí và quyến rũ như một con mèo hoang trong phòng ngủ!

Một số chị em phụ nữ có thể phì cười và nghĩ rằng, trở thành "mèo hoang" trong phòng ngủ là chuyện hơi quá khả năng của chúng ta. Nhưng không phải vậy, đa phần nam giới đều nói thế.

Nghe những lời trên, một số chị em phụ nữ có thể phì cười và nghĩ rằng, trở thành "mèo hoang" trong phòng ngủ là chuyện hơi quá khả năng của chúng ta. Nhưng không phải vậy, đa phần nam giới đều nói thế.

Tất cả những gì họ cần ở người vợ là, thi thoảng hãy là người chủ động, với tất cả tình yêu của mình, để tạo cảm hứng và mang lại hạnh phúc cho người bạn đời.

Bạn hãy thử xem nào, chắc chắn anh ấy sẽ rạng ngời vì hạnh phúc!

ĐỪNG NGẠI CHIA SẺ NẾU BẠN CẦN ĐƯỢC GIÚP ĐỠ

Tôi được biết rằng nhiều chị em tuy rất muốn hưởng ứng yêu đương với chồng trọn vẹn nhưng vì nhiều lý do cá nhân lại không thể làm được. Do vậy, tôi động viên bạn hãy tìm đến các chuyên gia tư vấn hoặc cá nhân có thể giúp bạn vượt qua những khó khăn ấy. Rồi bạn sẽ thấy đó là điều rất đáng làm vì nó giúp mang lại hạnh phúc trọn vẹn cho cả bản thân bạn và anh ấy.

XEM CHUYỆN ÂN ÁI LÀ QUAN TRỌNG HÀNG ĐẦU

Để nói về chủ đề này, tôi xin được trích dẫn một đoạn trong bài báo của tờ Phụ Nữ Thiên Chúa Giáo Ngày Nay. Tác giả mở đầu bằng việc thừa nhận rằng mặc dù chồng cô thường xuyên đòi hỏi quan hệ, cô vẫn cho việc đó không nằm trong danh sách "điều quan trọng hàng đầu" của mình. Sau đó, cô đã mô tả một phát hiện mới mẻ:

"Tôi nhận ra rằng, tất cả những gì mình làm trong một ngày chỉ để phục vụ nhu cầu của người khác. Nào là chăm sóc bọn trẻ, làm việc ở sở, giặt giũ cho chồng. Đến tối, khi xong việc tôi chỉ mong được một cái gối và tờ báo. Nhưng Chúa đã nhắc nhở tôi rằng: ' những điều tôi làm có thật sự đáp ứng được các nhu cầu của chồng tôi hay chưa?'. Nếu bọn trẻ có hơi lôi thôi một chút, anh ấy cũng không bao giờ phàn nàn. Nếu sàn bếp cần được lau dọn, anh ấy cũng không nói một lời. Cả khi không còn chiếc vớ sạch nào, anh ấy cũng sẽ tự bỏ vào máy giặt lấy.

Tôi bỗng nhanh chóng nhận ra rằng mình thường nói 'không' với một điều mà anh ấy mong mỏi. Tôi thấy mình thường cố tỏ ra bận bịu vì những công việc trong nhà để né tránh anh ấy... Liệu thế gian này có dừng lại nếu tôi chưa kịp tắm bọn trẻ? Nhìn lại, tôi thấy mình chỉ chú tâm làm cho xong công chuyện hàng ngày và phục vụ lũ trẻ mà quên hẳn niềm vui của mình".

Tôi bỗng nhanh chóng nhận ra rằng mình thường nói 'không' với một điều mà anh ấy mong mỏi.

Liệu những công việc khác vốn chiếm hết thời gian và sức lực của chúng ta có thật sự quan trọng bằng điều mong mỏi của anh ấy? Đã đến lúc bạn nên đánh giá lại mức độ quan trọng của các nhu cầu hàng ngày trong cuộc sống, chia sẻ và phối hợp tham khảo với chồng để cho anh ấy thấy rằng bạn luôn quan tâm, yêu thương và trân trọng nhu cầu của anh ấy.

THẤU HIỂU CÁC "DẤU HIỆU TÌNH YÊU"

Để kết thúc chủ đề này, tôi thiết nghĩ chúng ta cũng nên xem thử một cặp vợ chồng bình thường sẽ giải quyết vấn đề này ra sao. Xin giới thiệu với bạn Mark và Anne, một đôi vợ chồng có đời sống hôn nhân nhìn chung là ổn thỏa. Sau mười lăm năm chung sống, Mark bắt đầu nhận thấy rằng chuyện vợ chồng của họ mất dần sự mặn nồng. Anne không còn hưởng ứng anh như trước nữa, cô thường tỏ ra mất hứng thú, mệt mỏi hay bận bịu chuyện này nọ. Họ vẫn quan hệ với nhau bình thường, nhưng Mark cảm thấy "dường như cô ấy không còn xem đó là điều quan trọng hàng đầu nữa!".

Mark là một doanh nhân và đôi khi anh phải làm việc hàng giờ, điều đó khiến Anne cảm thấy đau khổ.

Nhiều năm trước, Anne đã từng ngồi lại để nói cho Mark hiểu chẳng phải chuyện anh làm việc nhiều giờ khiến cô cảm thấy buồn mà chính là việc anh cứ hứa về nhà nhưng rồi lại không về. Và tuy anh là một người chồng tuyệt vời, cô cảm thấy điều đó chứng tỏ anh không quan tâm đến cô. Cô cũng nói với Mark rằng chỉ cần anh cố gắng giữ đúng lời hứa về nhà bởi theo cô, đó là một trong những dấu hiệu quan trọng nhất thể hiện tình yêu của anh dành cho cô. Mark hiểu và luôn xem đó là ưu tiên hàng đầu của mình.

Còn giờ đây, Mark là người ngồi lại với Anne để nói về mối quan tâm của anh trước tình trạng quan hệ vợ chồng đang ngày càng

bớt nồng nàn. Anh giúp Anne nhận thấy điều này cũng quan trọng như việc anh cứ hứa mà không thể về nhà đúng giờ trước kia. “Anh có thể là một người chồng tuyệt vời nhưng nếu không làm được điều có ý nghĩa quan trọng nhất đối em, anh vẫn chưa chứng tỏ được tình yêu của mình dành cho em. Chuyện quan hệ vợ chồng mình dạo gần đây, nhất là cách em đáp lại mong muốn của anh, cũng quan trọng như thế đối với anh, em à!”.

Anne chưa bao giờ hiểu được điều đó. Quả thật, còn gì quan trọng hơn khi nghe anh ấy nói rằng dù cô có là một người vợ tuyệt vời đến mấy nhưng nếu cô không giúp Mark cảm thấy thật sự thỏa mãn trong chuyện vợ chồng - vốn là một trong những “dấu hiệu của tình yêu” quan trọng nhất đối với Mark - thì anh vẫn chưa thể cảm nhận hết tình yêu của cô dành cho anh! Và theo lời Mark bây giờ thì: “ những lời đó đã đánh động được Anne. Mọi thứ giờ đã khác xưa!”.

Liệu chồng bạn đang có những biểu hiện nào không?

Liệu chồng bạn đang có những biểu hiện nào cho thấy anh ấy không vui với thái độ hưởng ứng của bạn trong chuyện chăn gối không? Rất có thể, anh ấy đang muốn được chia sẻ với bạn nhưng lại chẳng biết làm thế nào. Hoặc cũng có thể anh ấy đã cố nhưng bạn chẳng để ý và nhận ra tầm quan trọng của nó.

Với kinh nghiệm từ rất nhiều cuộc trò chuyện với nam giới, tôi thành thật khuyên bạn đừng xem nhẹ Những biểu hiện ấy. Đối với anh ấy, chúng có ý nghĩa quan trọng hơn bạn nghĩ và vì thế mà cũng rất quan trọng với mối quan hệ và với cuộc hôn nhân của hai bạn.

Đến đây, bạn đã tìm hiểu về những góc yếu mềm trong tâm hồn của nam giới. Hy vọng bạn có thể chia sẻ, đồng cảm và thấu hiểu anh ấy nhiều hơn. Còn bây giờ, với những tình cảm quý báu ấy bên mình, mời bạn hãy cùng tôi tiếp tục khám phá những “ngăn” khác trong trái tim anh ấy.

Chương 6
CUỐN PHIM LƯU TRỮ HÌNH ẢNH

Bản tính tự nhiên của nam giới là thích nhìn ngắm và khó quên những gì đã trông thấy.

Ngay cả người đàn ông đang hạnh phúc nhất trong tình yêu cũng bị lôi cuốn và nghĩ đến hình ảnh của những người phụ nữ khác.

Cảnh một: Doug là một doanh nhân thành đạt sống với vợ và các con. Anh đến California để thực hiện một thương vụ. Trong căn phòng họp rộng lớn có sự hiện diện của rất nhiều vị lãnh đạo cấp cao và mỗi người trong số họ thay nhau trình bày về đề án kinh doanh của mình. Mở đầu là một nữ lãnh đạo trông rất quyến rũ.

Doug nhanh chóng nhận ra cô ấy có một thân hình rất đẹp, cộng thêm bộ váy áo cắt khéo càng khiến cô thêm hấp dẫn. Và khi bắt đầu bài nói của mình, cô ấy tỏ ra rất thân thiện nhưng chỉ chú tâm đến công việc.

Cảnh hai: Tôi đã nói chuyện ngẫu nhiên với một số ông chồng theo đạo Thiên Chúa, những người có nhận thức rất nghiêm chỉnh về lòng chung thủy và hoàn toàn chỉ biết đến vợ. Tôi đã kể cho họ nghe về Cảnh một nói trên và cho biết đó là một đoạn trích từ quyển những Ánh Đèn Trên Đường số 10 do tôi viết. Sau đó tôi hỏi họ rằng: "Nếu là Doug, anh sẽ nghĩ gì khi nhìn cô gái đó đứng trình bày bài nói của mình?".

Sau đây là một số câu trả lời mà tôi thu nhận được:

• "Một thân hình tuyệt hảo… Chà, thôi chấm dứt ngay! Mình đang

nghĩ lan man gì thế nhỉ?"

• "Để mình xem cô ấy có mang nhẫn cưới chưa?"

• "Không biết mình có hấp dẫn trong mắt cô ấy không nhỉ?"

• "Bỗng nhiên mình thấy ruột gan thắt lại!"

• "Mình dám cá là cô ấy đang dùng những đường cong đó để thắng vụ kinh doanh này!"

• "Nhìn gương mặt cô ấy kìa, ôi…"

• "Thật khó mà tập trung vào những gì cô ấy nói vì mình cứ phải ngắm gương mặt của cô ấy…"

• "Mình buộc phải không ngừng đẩy lùi những hình ảnh này, thế nhưng chúng len vào đầu mình mãi…"

• "Chà, không biết dưới bộ váy áo ấy là gì nhỉ? Không được, chấm dứt ngay. Tập trung vào nội dung."

• "Chỉ cần nghe cô ấy được hai phút là mình lại nghĩ ngay đến đoạn phim 'nhà nghèo' mà bọn mình đã tập tành xem từ hồi thiếu niên."

• "Không khéo chỉ vài phút nữa là mình sẽ tự hỏi liệu cô ấy trông thế nào trên giường mất thôi!"

Nếu bạn là tôi, sau khi nghe những ý kiến trên liệu bạn sẽ nghĩ gì nào? Phải thú nhận là những lời họ nói ra khiến tôi cảm thấy kinh ngạc và nản lòng khủng khiếp!

Thế mà đến khi nghe những người bạn thân nam giới khác cũng nói y như thế, tôi bắt đầu nhận ra đó là một điều bình thường ở nam giới.

Dù trước nay vẫn nghe nói "đàn ông yêu bằng mắt" nhưng thú thật tôi vẫn chưa hiểu được ý nghĩa thật sự của câu nói đó là gì. Tôi hoàn toàn mù tịt!

"ĐÀN ÔNG YÊU BẰNG MẮT" NGHĨA LÀ GÌ?

Sau đây là một sự thật hiển nhiên mà tôi tình cờ biết được và đã làm thay đổi triệt để toàn bộ những gì tôi vẫn hiểu về nam giới:

Ngay cả những người đàn ông đang hạnh phúc nhất trong tình

yêu cũng bị thu hút bởi những người phụ nữ quyến rũ một cách bản năng. Và những hình ảnh đó luôn cám dỗ họ, dẫu đó là những hình bóng cũ hay con người bằng xương bằng thịt ở hiện tại.

Có hai điểm liên quan đến câu nói "đàn ông yêu bằng mắt" mà trước nay tôi chưa hề hiểu ra. Đó là:

• Thứ nhất, một phụ nữ bất kỳ với thân hình tuyệt vời sẽ nghiễm nhiên trở thành một "điểm hút mắt" khó có người đàn ông nào có thể cưỡng lại. Ngay cả khi tự buộc mình không nhìn đi nữa, anh ta vẫn nhận thức rõ nét sự hiện diện của cô gái.

• Thứ hai, ngay cả khi không có một phụ nữ quyến rũ nào trước mặt thì trong tâm tưởng của anh ấy luôn có một cuốn phim lưu trữ những hình ảnh tương tự có thể len lỏi vào suy nghĩ bất cứ lúc nào mà không hề báo trước và không gì có thể xóa bỏ được.

Trên thực tế, chỉ có 25% phụ nữ hiểu được điều này.

Với đại đa số chị em còn lại, đây là điều chưa từng được biết đến và thật tệ là chúng ta thường cho đó là do lỗi của mình (vì không đủ hấp dẫn để chiếm trọn sự chú ý của anh ấy) hoặc do anh ấy là kẻ phản bội (tại sao một người đang tràn trề hạnh phúc như anh ta mà lại cứ nhớ đến những hình ảnh đó kia chứ?).

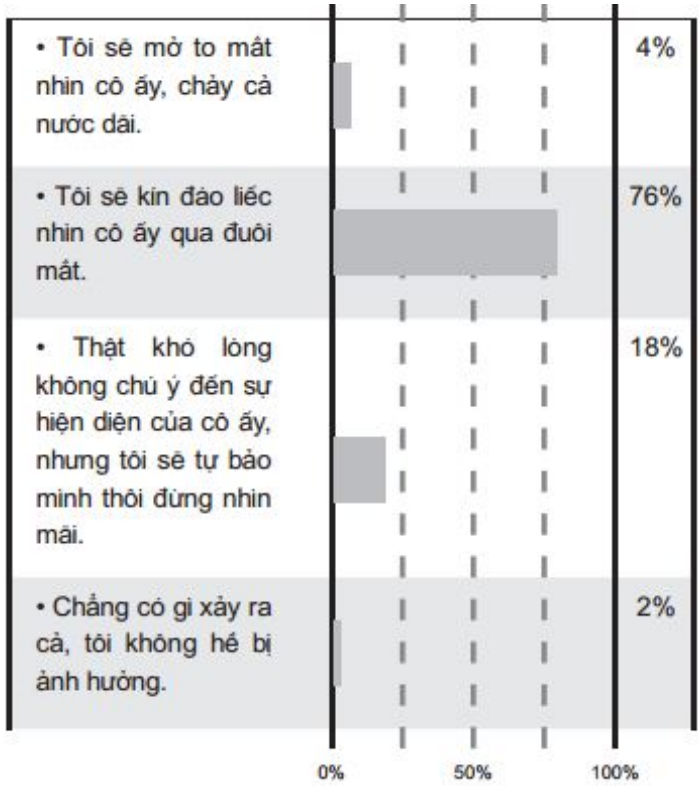
May thay, nếu tìm hiểu sâu hơn, khi biết rằng nguyên nhân của điều này chẳng hề liên quan đến các bà vợ mà chỉ là "sự lập trình tự nhiên" trong bộ não của nam giới thì chị em phụ nữ chúng ta sẽ cảm thấy dễ chịu hơn. Thật ra, cả hai điểm trên có liên quan với nhau.

Hãy suy nghĩ thoáng hơn để có thể hiểu cặn kẽ hơn về những điều này.

ĐIỀU THỨ 1: NAM GIỚI KHÔNG THỂ KHÔNG NGẮM PHỤ NỮ ĐẸP

Trong một cuộc khảo sát, chúng tôi đã đặt ra một tình huống tương tự câu chuyện của Doug và đề nghị các ông cho biết ý kiến. Kết quả như sau:

Giả sử anh đang ngồi một mình ở ga xe lửa và có một cô gái với thân hình tuyệt mỹ tiến đến hàng ghế bên cạnh. Anh sẽ phản ứng ra sao?


• Tôi sẽ mở to mắt nhìn cô ấy, chảy cả nước dãi.
4%
• Tôi sẽ kín đáo liếc nhìn cô ấy qua đuôi mắt.
76%
• Thật khó lòng không chú ý đến sự hiện diện của cô ấy, nhưng tôi sẽ tự bảo mình thôi đừng nhìn mãi.
18%
• Chẳng có gì xảy ra cả, tôi không hề bị ảnh hưởng.
2%
0%
50%
100%

Bạn thấy đấy, đến 98% nam giới là không thể không nhìn một phụ nữ đẹp. Thú vị thay, kết quả khảo sát cũng gần như là tương tự đối với các ông đã có gia đình.

Nhiều đàn ông cho biết họ khó cưỡng lại sức mạnh cám dỗ được nhìn ngắm người đẹp, ngay cả khi họ cố gắng tự nhủ không nhìn hoặc khi người phụ nữ đó đã đi khỏi. Một anh đã có gia đình mà tôi tin tưởng đã thú nhận rằng: "Nếu tôi nhìn thấy một phụ nữ có thân hình quyến rũ trong siêu thị chẳng hạn, thì ngay cả khi cô ấy đã đi rồi, nửa giờ sau tôi vẫn có cảm giác cô ấy vẫn như còn loanh quanh đâu đó. Tôi thấy xấu hổ khi phải thừa nhận rằng, theo bản năng tôi vẫn nhìn quanh khắp các kệ hàng để tìm kiếm bóng hồng ấy!".

"Theo bản năng tôi vẫn nhìn quanh khắp các kệ hàng để tìm kiếm bóng hồng ấy!"

Tôi nghĩ, có thể đây chỉ là ý kiến của một anh chàng lầm lạc. Thế nhưng, tất cả những người đàn ông mà tôi kể lại chuyện này đều thừa nhận: "Chính xác là thế!".

Và sau đây là tình huống do một quý ông đã có hai mươi năm hôn nhân hạnh phúc kể lại: "Mới đây, tôi cùng vợ và một vài người bạn đến ăn tại một nhà hàng rất dễ thương. Cô chủ nhà hàng là một phụ nữ cực kỳ quyến rũ với thân hình tuyệt đẹp và vẻ nổi bật khiến mọi đàn ông đều phải ngắm nhìn. Suốt cả buổi tối hôm ấy, tôi không tài nào không chú ý đến sự hiện diện đây đó của cô ấy trong nhà hàng. Cả nhóm chúng tôi đều vui vẻ với các bà vợ, nhưng tôi cược với cô là các bà vợ ấy đều không biết rằng trong lòng các ông chồng của mình, ai cũng đang chú ý đến cô chủ quán xinh đẹp đó nhưng bề ngoài cứ tảng lờ như không thấy".

Nhớ lại chi tiết hồi đầu của quyển sách này, giờ tôi đã hiểu vì sao dù đang dạo phố với tôi nhưng Jeff cứ thi thoảng lại quay đầu ngó nghiêng đâu đó. Đó là vì anh ấy tỏ ra tôn trọng tôi. Anh ấy cố gạt bỏ hình ảnh của những cô gái xinh đẹp khác trên đường mà anh vừa trông thấy. Từ điều này, chúng ta bắt đầu hiểu sang điều thứ hai còn lại.

ĐIỀU THỨ 2: TÂM TRÍ ĐÀN ÔNG GIỐNG NHƯ MỘT CUỐN PHIM LƯU TRỮ những HÌNH ẢNH NGƯỜI ĐẸP

Chúng ta thường nghe nói nam giới vốn nghĩ nhiều đến tình dục. Nhưng điều mà tôi chưa biết chính là, thật ra họ chẳng phải nghĩ về hành vi tình dục mà là về những hình ảnh khơi gợi đến tình dục. Và những hình ảnh đó không nhất thiết phải liên quan đến vợ của họ. Chúng mặc nhiên được lưu trữ lại trong não bộ của nam giới và có thể tái hiện vào bất cứ lúc nào mà không hề báo trước.

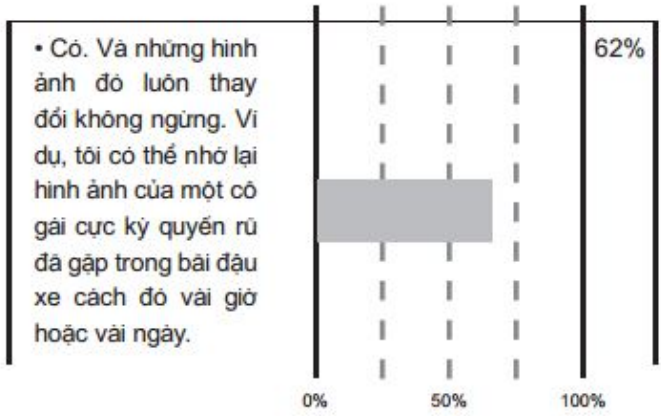
Đến đây, có thể bạn sẽ hỏi rằng, vậy những hình ảnh đó là gì? Chúng có thể là đủ các hình ảnh, cả tốt lẫn xấu chẳng hạn như những ký ức về các khoảnh khắc hạnh phúc bên bạn hoặc những hình ảnh đầy khêu gợi của các cô người mẫu bốc lửa trên tạp chí Playboy. Đó cũng có thể là hình ảnh của một cô gái xinh đẹp đi ngang qua bãi đậu xe cách đây mười phút, hoặc những hình ảnh trên một trang web đen mà anh ấy đã từng xem. Những hình ảnh đó tái hiện đột ngột và nằm ngoài tầm kiểm soát của nam giới.

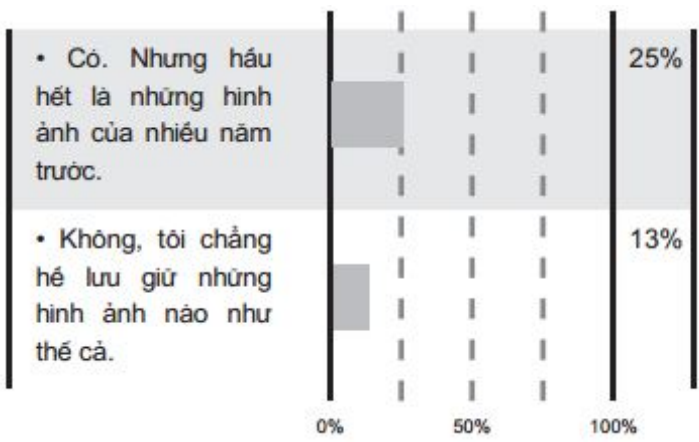
Đôi khi, cũng có những hình ảnh được tái hiện vì một lý do đặc biệt nào đó. Bạn hãy hiểu rằng, trong đầu nam giới có "vô số những hình ảnh đã được lưu trữ từ thời còn niên thiếu", như lời của một số anh giải thích.

Những hình ảnh đó tái hiện đột ngột và nằm ngoài tầm kiểm soát của nam giới.

Những kết quả khảo sát đã cho thấy rất rõ như sau:

Nhiều nam giới thường có sẵn trong đầu một chuỗi các hình ảnh lưu trữ sẵn sàng tái hiện bất cứ lúc nào. Điều đó có xảy ra với anh không?


• Có. Và những hình ảnh đó luôn thay đổi không ngừng. Ví dụ, tôi có thể nhớ lại hình ảnh của một cô gái cực kỳ quyến rũ đã gặp trong bãi đậu xe cách đó vài giờ hoặc vài ngày.
62%
0%
50%
100%



Như vậy, có đến 87% nam giới thừa nhận trong đầu họ luôn có sẵn những hình ảnh như thế và chúng có thể tái hiện bất cứ lúc nào. Cho dẫu đó là người có tuổi hay trẻ tuổi, độc thân hay đã có gia đình, có hay không tôn giáo.

CUỘC TRÒ CHUYỆN VỀ TOM CRUISE

Lần nọ, khi còn đang trong quá trình tìm hiểu để đi đến những kết luận này, tôi bèn chia sẻ cùng Jeff về những điều mới khám phá.

Jeff thú thật không hiểu vì sao tôi lại ngạc nhiên đến như thế. Sau đây là những gì chúng tôi đã trao đổi với nhau suốt chặng đường lái xe:

- Nhưng em vẫn thừa biết là đàn ông "yêu bằng mắt" kia mà, đúng không?

- Phải, đúng là như thế thật. Nhưng vì không phải người phụ nữ nào cũng biết như thế nên em mới không hiểu. Em không hề cảm nhận sự việc như anh vẫn nghĩ.

- Anh thật không chắc là mình tin điều đó!

- Phải, nhưng đó là sự thật!

- Có thể do chúng ta diễn giải vấn đề bằng hai cách khác nhau. Lấy ví dụ như nam diễn viên Tom Cruise nổi tiếng nhé, một người có thể có thân hình rất hấp dẫn đối với em. Sau khi xem một bộ phim do anh ấy đóng, liệu em sẽ nhớ đến Tom bao nhiêu lần trong ngày hôm sau nào?

- Chẳng bao giờ.

- Có thể anh giải thích chưa hết ý mình. Ý anh là, chẳng hạn như hình ảnh anh ấy ở trần với thân hình đầy cơ bắp sẽ thoáng hiện trong em được bao nhiêu lần nào?

- Chẳng có lần nào cả!

- Chẳng có lần nào? Hoàn toàn không à?

- Phải, em chẳng bao giờ nhớ đến hình ảnh đó cả!

- Ồ! - Jeff thốt lên sau một lúc im lặng.

Câu chuyện của chúng tôi kết thúc ở đó, nhưng vấn đề này thì chưa. Mới đây khi kể lại câu chuyện này cho những anh bạn của tôi nghe, Jeff thú nhận ban đầu anh ấy cho rằng tôi ngại phải thừa nhận mình đã nghĩ đến nam diễn viên đẹp trai đó. Mãi đến khi nghe tôi trò chuyện với các cô bạn gái của mình cũng như nhìn thấy một số họ đồng tình với tôi, anh ấy mới hiểu ra sự thật.

Cuộc trao đổi nhỏ ấy đã giúp tôi và Jeff nhận ra sự khác biệt về những gì mình quan tâm hơn bao giờ hết.

Và tôi hy vọng điều đó sẽ giúp tôi có thể chia sẻ, hỗ trợ và giúp chồng mình trở nên mạnh mẽ hơn trong cuộc sống hàng ngày.

NGOÀI KIA CẠM BẪY GIĂNG ĐẦY...

Đối với một số chị em phụ nữ chúng ta, thật khó lòng hiểu được vì sao nam giới lại không thể kiểm soát tình trạng xuất hiện ngoài ý muốn của những hình ảnh trên. Và chúng ta cũng có thể không nhận ra rằng, trong xã hội nhộn nhịp bên ngoài luôn đầy rẫy những tác nhân khiến cho các hình ảnh tiềm ẩn ấy dễ dàng tái hiện trong đầu của anh ấy, dù là vài ngày hay vài năm sau đó.

Chẳng hạn như, phim ảnh ngày nay cứ nhan nhản hình ảnh những cô gái xinh đẹp, gợi cảm, thậm chí là khỏa thân khiến anh ấy không kịp quay đi! Và thế là, lại thêm một hình ảnh gợi cảm nữa đã được khắc ghi tự động vào cuốn phim lưu trữ hình ảnh của anh ấy, bất kể anh ấy có muốn hay không.

BAO LÂU THÌ CUỐN PHIM ẤY SẼ ĐƯỢC CHIẾU LẠI?

Khi được hỏi, thông thường thì bao lâu những hình ảnh ấy sẽ lại tái hiện trong đầu, rất nhiều anh đàn ông cho biết đại loại là "thường xuyên"! Nghe thế, tôi càng muốn biết "thường xuyên" nghĩa là thế nào.

Một anh khoảng bốn mươi tuổi cho tôi hay: "Nếu nói về một cậu thiếu niên, thì "thường xuyên" đúng nghĩa là thường xuyên. Ở tuổi đó, thông thường không một cậu bé nào có thể trải qua vài giờ mà không nghĩ đến những hình ảnh "không mời mà đến" đó! Và mỗi lần như thế, cậu phải mất đến cả nửa giờ đồng hồ để nghiền ngẫm về vấn đề đó. Một thanh niên hai mươi tuổi cũng vất vả không kém. Khi đến tuổi ba mươi hay bốn mươi, người đàn ông đã ổn định đôi chút trong cuộc sống và những hình ảnh đó thường xuất hiện khi có các tác nhân đi kèm. Nhưng một khi đã bị kích thích, những hình ảnh đó sẽ tái hiện đến hai, ba lần trong một phút!". Đó cũng là ý kiến của nhiều người đàn ông khác.

Theo họ, nếu người đàn ông càng "yêu bằng mắt" và sự quyến rũ ấy càng thú vị, hấp dẫn bao nhiêu thì họ càng khó lòng vứt bỏ chúng ra khỏi đầu mình bấy nhiêu.

ĐIỀU ĐÓ CÓ BÌNH THƯỜNG?

Hẳn là bạn đang bức xúc lắm khi đọc những dòng trên. Hãy bình tĩnh đã nào, hít thở thật sâu! Tôi biết không phải người phụ nữ nào cũng chấp nhận những điều này dễ dàng. Dù rằng đối với một số người, đó chỉ là những chuyện nhỏ. Cũng như nếu bạn là người "yêu bằng mắt", bạn sẽ dễ dàng hiểu được những gì anh ấy đang phải đấu tranh để vượt qua. Và đừng lo lắng thái quá vì những

người khác cũng chẳng khác gì bạn.

Nhưng điều quan trọng hơn hết mà bạn cần biết đó là, những người đàn ông của chúng ta cũng không là một ngoại lệ. Một cuộc khảo sát trên toàn nước Mỹ cho thấy, mọi đàn ông đều bị lôi cuốn trước những hình ảnh như thế. Tuy nhiên, theo sự nhấn mạnh của các ông chồng mà tôi đã phỏng vấn thì điều này chẳng hề ảnh hưởng gì đến tình cảm mà họ dành cho vợ của mình cả!

Trước khi tiếp tục tìm hiểu xa hơn, tôi muốn các bạn hiểu rằng, bản chất của sự cám dỗ không hề có tội. nhưng những gì chúng ta làm trước sự cám dỗ ấy mới là vấn đề.

Còn bây giờ, chúng ta hãy tìm hiểu tiếp về chuỗi phản ứng của nam giới trước những điều nhìn thấy= thuộc loại "cám dỗ" và "không hề cám dỗ".

Bản chất của sự cám dỗ không hề có tội. nhưng những gì chúng ta làm trước sự cám dỗ ấy mới là vấn đề.

BƯỚC 1: ĐỐI VỚI MỌI NGƯỜI ĐÀN ÔNG, những SUY NGHĨ VÀ HÌNH ẢNH KHÊU GỢI ĐỀU XẢY ĐẾN ĐỘT NGỘT

Daniel Weiss, một chuyên viên về tình dục học và truyền thông của tổ chức Focus on the Family cho tôi biết: "Tôi muốn nhấn mạnh với chị em phụ nữ rằng, những suy nghĩ và hình ảnh ấy có thể xảy ra trong đầu nam giới vào bất cứ lúc nào, dù họ có muốn hay không".

Thêm vào đó, sự cám dỗ đầu tiên không chỉ diễn ra vô tình mà còn mang tính tự động ở nam giới. Chỉ cần xuất hiện một hình ảnh đẹp là các anh sẽ phản ứng ngay.

Bạn không tin ư? Để tôi giúp bạn hiểu rõ hơn nhé!

Bạn hãy thử KHÔNG đọc những dòng chữ trên trang giấy này xem!

Bạn đừng đọc chữ mà chỉ nhìn các chữ cái mà thôi.

Không thể được, đúng không nào? Thật vậy, chúng ta chẳng thể nào nhìn chữ cái mà không đọc hiểu ý nghĩa của từ. Tương tự như thế, não của một người đàn ông không thể nào đọc " những đường nét gợi cảm" mà không chú ý đến sự hiện diện của "đối tượng".

Một anh có cách ví von rất hóm hỉnh về sự khác biệt ở đàn ông và

phụ nữ trong việc phát hiện những "mục tiêu gợi cảm" như sau:

"Khi một người cận thị mà không có kính, hình ảnh mọi vật sẽ trở nên mờ nhạt trong mắt họ. Nhưng khi mang kính vào, lập tức mọi thứ trở nên sắc nét ngay. Giả sử bây giờ có một cô em xinh đẹp bước vào quán, những người phụ nữ trong quán sẽ giống như người cận thị mà không mang kính, tức là không hề chú ý đến cô gái đó.

Trong khi đó, tất cả những người đàn ông trong quán sẽ ngay lập tức phát hiện ra sự có mặt của cô gái, giống như vừa được mang kính cận vào vậy!"

Sự khác biệt đó đã vạch trần giả thiết cho rằng: "cặp mắt tới lui" của nam giới chính là cội nguồn của mọi rắc rối trong đời. Có lẽ, chúng ta nên hiểu theo một cách khác tích cực hơn, đó là vì có những cô gái xinh đẹp không ngừng di chuyển trong cuộc sống nên các anh không thể không chú ý đến sự hiện diện của họ.

BƯỚC 2: MỌI SỰ THÔI THÚC THỂ XÁC Ở NAM GIỚI LÀ ĐỂ TẬN HƯỞNG CẢM XÚC GẮN LIỀN VỚI CÁC HÌNH ẢNH, SUY NGHĨ KHÊU GỢI ĐÓ

Bởi nam giới sinh ra vốn đã là những "kẻ săn tình" nên tất cả những hình ảnh, suy nghĩ gắn liền với sứ mệnh theo đuổi ấy đều mang lại những cảm xúc mạnh mẽ nơi họ. Khi một hình ảnh gợi cảm diễn ra trong đầu (hoặc khi nam giới bắt gặp một bóng hồng lướt qua), trong anh ấy sẽ trào dâng một niềm khoái cảm thể xác.

Đó là một niềm khoái cảm nhất thời mà anh ta hy vọng sẽ chối bỏ được vì lòng yêu kính đối với đấng thiêng liêng, sự trân trọng với vợ và vẻ trong sáng của tâm hồn để rồi chính vì thế sẽ càng tạo nên một khoái cảm sâu xa hơn sau đó.

Một người đàn ông đã có gia đình cho tôi biết: "Cảm giác ấy cũng tương tự khoái cảm khi ân ái. Và đôi khi, chuyện buộc mình phải vứt bỏ những suy nghĩ, hình ảnh ấy ra khỏi đầu cũng khó như bắt bạn phải dừng lại nửa chừng khi đang "lên đỉnh" vậy!".

Một anh khác thì nói rằng: "Cái cảm giác khi ta nhìn thấy một người con gái đẹp hay một hình ảnh gợi cảm không chỉ đơn thuần gợi nên sự khao khát. Nó còn mang đến cho ta cảm giác hưng phấn, háo hức, và để có lại cảm giác đó, đàn ông chỉ cần nhớ lại hình ảnh ấy trong đầu".

Trong quá trình viết quyển những Ngọn Đèn ở Đường số 10, tôi đã

nghe những người đàn ông nói đi nói lại rằng họ có xu hướng bị thu hút bởi những gì tạo ra cho họ cảm giác thích thú trong lòng, một sự háo hức sai trái. Điều đó giúp chúng ta dễ hiểu vì sao nam giới dễ sa đà vào thế giới của những ấn phẩm "văn hóa đen".

BƯỚC 3: NHƯNG NAM GIỚI CÓ THỂ CHỌN LỰA: HOẶC LÀ VỨT BỎ những HÌNH ẢNH, SUY NGHĨ ẤY, HOẶC LÀ SỐNG CHUNG VỚI CHÚNG

Sự lựa chọn mang yếu tố quyết định này chỉ là sự cám dỗ hay tội lỗi thật sự. Khi một hình ảnh gợi dục xuất hiện trong đầu, người đàn ông có thể chọn hoặc tiếp tục chìm đắm trong hình ảnh đó, thậm chí có thể bắt đầu cả một chuỗi hình ảnh tương tự, hoặc là vứt bỏ nó ra khỏi suy nghĩ của mình ngay lập tức.

Hầu hết đàn ông mà tôi trò chuyện đều xem đây là một chọn lựa hết sức quan trọng. Họ đã có những quyết định hết sức nghiêm khắc với bản thân để tránh những hình ảnh khêu gợi không mong muốn ấy, để tránh xa sự cám dỗ của chúng hoặc để ngay khi chúng đã xuất hiện, họ vẫn có thể loại bỏ chúng bằng những phương thức khác nhau. Theo như tôi được biết, thường những lúc ấy họ sẽ nghĩ đến các trận bóng sôi nổi đã xem hoặc các công việc lặt vặt trong nhà để quên đi. Quả thật, nghe ra cũng chẳng thú vị gì, phải không bạn?

Tuy rất ít nam giới có thể kiểm soát không cho những hình ảnh không mong muốn này nảy ra trong đầu hoặc ngăn mình không nhìn ngắm người đẹp, họ vẫn có thể áp dụng nguyên tắc giới hạn đối với bản thân, không cho phép mình làm những việc như thế. Khảo sát cho thấy, yếu tố quyết định người đàn ông có kiểm soát được bản thân không nằm ở tuổi tác, tình trạng hôn nhân hay mức độ hạnh phúc của cuộc sống hiện tại mà là ở tinh thần ngoan đạo của họ. Gần như một nửa số nam giới thuộc nhóm những con chiên ngoan đạo mà tôi đã khảo sát đều cho biết họ luôn kiềm chế bản thân để không ngắm nhìn những người đẹp.

Hiểu được nỗ lực to lớn và tính kỷ luật nghiêm khắc mà người đàn ông phải có khi quyết định tránh xa Những hình ảnh không mời mà đến ấy sẽ giúp bạn quý trọng những gì anh ấy đã cố gắng làm cho chúng ta trong cuộc sống hàng ngày, khi mà ngoài kia luôn giăng đầy " những cạm bẫy chết người".

NHỮNG ĐIỀU GIÚP BẠN YÊN TÂM HƠN

Bên cạnh những vấn đề nêu trên, vẫn còn những điểm thuộc về

tính cách nội tâm của nam giới có thể khiến bạn cảm thấy yên tâm hơn.

ĐIỀU YÊN TÂM THỨ NHẤT: SỰ CÁM DỖ KHÔNG PHẢI LÚC NÀO CŨNG LIÊN QUAN ĐẾN TÌNH DỤC

Một điểm nổi bật mà tôi thường nghe thấy ở các anh là: thói quen "thích nhìn ngắm" không phải lúc nào cũng liên quan đến tình dục. Đó là chỉ là một hành vi mang tính bản năng. Nghĩa là, có liên quan đến thể chất, nhưng không nhất thiết là tình dục.

Một anh nói với tôi rằng: "Có thể cô không hiểu rằng đó chỉ là chúng tôi thấy người đẹp thì ngắm, như thưởng ngoạn một bông hoa đẹp, thế thôi. Nhìn thấy một phụ nữ đẹp là một niềm vui. Cũng giống như khi cô đi ngắm tranh vậy. Phụ nữ có thể không cần phải nhìn ngắm một người đàn ông điển trai nhưng nam giới thì có, khi trước mặt họ là một người đàn bà đẹp. Tương tự khi đi xem triển lãm tranh, một người đàn ông có thể ngẩn ngơ nhìn ngắm cái đẹp mà quên đi chính bản thân mình. Nhưng chuyện đó không có nghĩa là phải liên quan đến chuyện tình dục!".

ĐIỀU YÊN TÂM THỨ HAI: MỖI NGƯỜI ĐÀN ÔNG ĐỀU KHÁC NHAU

Thêm một sự thật nữa là, do mỗi người đàn ông là khác nhau nên mức độ cám dỗ của những hình ảnh khêu gợi cũng khác nhau ở mỗi người. Với một số người, những hình ảnh đó chỉ gây phiền toái đôi chút trong khi ở một số khác, chúng lại khiến lý trí của họ trở nên mờ tịt.

Sau đây là một sự so sánh mà có lẽ phụ nữ chúng ta cũng hiểu rất rõ. Chẳng hạn, tại một bữa tiệc hoành tráng, tôi cứ phải đấu tranh với bản thân để cưỡng lại sức cám dỗ của món bánh kem tươi hấp dẫn trong khi cô bạn cạnh bên lại chẳng hề quan tâm.

Do mỗi người hoàn toàn khác nhau, chúng ta không nên vội vã kết luận hay đưa ra những đánh giá mang tính chất chung.

ĐIỀU YÊN TÂM THỨ BA: BẠN KHÔNG HỀ CÓ LỖI TRONG CHUYỆN NÀY

Khi nói đến cố tật "thích ngắm nhìn người đẹp" của nam giới, nhiều chị em thường tự hỏi: "Không biết mình có khiếm khuyết gì không? Hay là mình không đủ hấp dẫn đối với anh ấy?". Chúng ta thường cho sự việc xảy ra là do lỗi ở mình chứ chẳng phải đơn giản vì anh ấy là nam giới.

Bạn hãy hiểu rằng, anh ấy là đàn ông và một trong những lý do bạn yêu anh ấy cũng vì lẽ đó. Vì thế, bạn phải biết chấp nhận đó là một phần của bản chất nam tính nơi anh ấy. Ngay cả nếu bạn có là một siêu mẫu áo tắm, anh ấy vẫn không thể không nhìn ngắm một người phụ nữ đẹp khác mà anh ấy gặp trong cuộc sống hàng ngày.

Hơn nữa, nhiều anh cũng lặp đi lặp lại một điều rằng: "Các chị em hãy hiểu rằng, nếu có thể được thì hầu hết đàn ông chúng tôi đã kiểm soát bản thân và chẳng nhìn ngắm các cô gái khác làm gì. Bản thân chúng tôi cũng giống như các cô vợ của mình, không hề thích điều này".

ĐIỀU YÊN TÂM THỨ TƯ: ĐIỀU NÀY KHÔNG HỀ ẢNH HƯỞNG ĐẾN TÌNH CẢM CỦA ANH ẤY DÀNH CHO BẠN

Cuối cùng, và cũng là điều quan trọng nhất, chính là chúng ta cần hiểu rằng những cám dỗ ấy, theo như lời của một nam giới: "không hề ảnh hưởng đến tình cảm mà tôi dành cho vợ của mình!".

Một người đã có cuộc hôn nhân 25 năm giải thích như sau:

"Giữa bạn và người phụ nữ hấp dẫn ấy chẳng hề có quan hệ gì với nhau cả. Trong khi với vợ, bạn đã có một mối quan hệ khắng khít, lâu dài cùng sự chia sẻ, thấu hiểu lẫn nhau. Vì thế, không thể nào so sánh hai điều này với nhau được. Có thể, bằng sự quan sát ta thấy rằng người phụ nữ ấy trẻ đẹp hơn vợ mình đến hai mươi tuổi và không hề có hai đứa trẻ lẵng nhẵng bám theo sau. Nhưng đó cũng chỉ là quan sát mà thôi. Và sự quan sát ấy sẽ nhanh chóng bị khỏa lấp bởi những yếu tố khác, chẳng hạn như tình yêu mà bạn dành cho vợ mình!".

Trong một nhóm phỏng vấn nhỏ, tất cả nam giới đều đồng tình và còn nói thêm rằng: "Đó chỉ là một sự ngắm nhìn, không hơn không kém. Chẳng hề có gì xứng đáng để bạn phải tiến xa hơn thế. Tôi sẽ không bao giờ để mất vợ vì những hình bóng như thế!".

Trong thực tế, khi những người phụ nữ khác có vẻ như muốn thu hút sự chú ý của đức lang quân nhà bạn thì chính nam giới lại càng khiến bạn yên tâm hơn với lời giải thích "ngược đời" rằng: "Khi một người đàn ông được vợ yêu, anh ta bỗng thấy tự tin hơn vì vậy mà cũng trở nên hấp dẫn hơn. Cho nên, nếu có cô gái nào đó đang tìm cách lôi cuốn sự chú ý của anh ấy thì điều đó có nghĩa là người vợ đã thành công trong việc tôn tạo hình ảnh cho chồng,

do vậy anh ấy sẽ tôn thờ bạn!".

VẬY THÌ, PHỤ NỮ CHÚNG TA NÊN LÀM GÌ?

Gặp phải những vấn đề này, phụ nữ thường dễ có những phản ứng khác nhau. Từ thông cảm, cảnh giác rồi chuyển sang lo lắng, nghi ngờ chồng mình rồi đổ lỗi tất cả cho họ. Thế nhưng, ngay từ phần đầu của quyển sách này tôi đã nói rõ với bạn rằng, phụ nữ chúng ta cần hiểu những vấn đề nội tâm của nam giới để thay đổi chính mình. Dĩ nhiên, về phía nam giới họ có thể chứng tỏ lòng tôn thờ của mình đối với vợ hoặc giữ cho suy nghĩ luôn đúng mực. Thế thì, phụ nữ chúng ta nên làm gì?

LẮNG NGHE TRÁI TIM MÌNH

Trước khi tiến hành cân nhắc bất kỳ sự thay đổi nào nơi bản thân, điều quan trọng trước nhất là bạn phải lắng nghe thật kỹ tình cảm cũng như mức độ mong muốn thật sự của mình trong việc hỗ trợ anh ấy theo cách mà anh ấy mong đợi.

Mời bạn hãy lắng nghe lời bộc bạch sau đây:

"Tôi mong cô ấy thấu hiểu cuộc đấu tranh không ngừng trước những cám dỗ trong tôi và động viên tôi, thay vì nói bóng nói gió và đưa ra những kết luận tệ hại về tôi. Càng có thể bộc bạch những điểm yếu của bản thân mà không bị kết tội hay tránh được vết nứt trong mối quan hệ vì những lời thú nhận chân thành đó, tôi càng cảm thấy mình được yêu nhiều hơn vì chính bản thân mình chứ không phải vì hình mẫu mà cô ấy hy vọng tôi trở thành".

Đó chính là điểm cốt lõi mà chúng ta luôn cần dựa vào để cư xử với anh ấy. Chúng ta yêu chồng vì chính con người của anh ấy hay vì hình mẫu mà chúng ta muốn anh ấy trở thành? Chúng ta muốn hỗ trợ chồng hay muốn thay đổi anh ấy?

Câu trả lời của bạn sẽ làm thay đổi tất cả. Nếu không thể tự vấn lòng mình để tìm lấy câu trả lời chân thành nhất, tôi nghĩ bạn nên dành chút ít thời gian để cầu nguyện, cho dù bạn có theo tôn giáo nào đi nữa, trước khi hành động bất cứ điều gì.

XÁC ĐỊNH MỨC ĐỘ CAN THIỆP CỦA BẠN

Khi một người gặp phải sự cám dỗ, sẽ rất tốt nếu họ có được một ai đó để trò chuyện và chịu trách nhiệm trước người đó. Vì thế, một khi đã có được cảm nhận đúng đắn, chúng ta phải xét xem anh ấy muốn giải quyết chuyện này như thế nào và liệu chúng ta

có nên can thiệp sâu quá vào chuyện này hay không.

Bởi vì có một số ông chồng muốn vợ mình can thiệp vào chuyện này, trong khi số khác thì không. Cũng như một số chị em phụ nữ thích can thiệp vào chuyện này, trong khi số khác lại không. Cho dù thế nào đi nữa, các chuyên gia tư vấn hôn nhân cho rằng dẫu hai vợ chồng cần nói chuyện cởi mở với nhau thì người chia sẻ đầu tiên mà anh ấy cần đến chính là một người bạn cùng giới. Nghĩa là, một người đàn ông nào đó mà anh ấy có thể tin cậy và tâm sự. Một chuyên gia tư vấn nam cho tôi biết: "Nếu người vợ mà trở thành cảnh sát thì coi như hư bột hư đường hết! Đàn ông cần người động viên chứ không cần nhà phê bình.". Và tôi cũng không nghĩ phụ nữ chúng ta muốn nghe anh ấy kể về những cám dỗ ấy hàng ngày!

TRỞ THÀNH NGUỒN ĐỘNG VIÊN

Nếu cả bạn lẫn anh ấy đều cảm thấy bạn cần can thiệp vào sự việc ở một chừng mực nào đó, thì tôi xin mạn phép đề nghị cùng bạn một số gợi ý cần làm ban đầu như sau. Đây là những giải pháp thích hợp nhất cho Những anh chàng chưa lún sâu vào các hành động đam mê mù quáng hay nguy hiểm (trong những trường hợp nghiêm trọng hơn, mời bạn tham khảo thêm trên trang web www.4-womenonly.com).

Trước hết, hãy cho anh ấy biết rằng bạn sẵn sàng nói về chuyện này cũng như bạn hoàn toàn thấu hiểu nỗi khó khăn mà anh ấy đang đối diện mỗi ngày. Hãy hỏi xem bạn có thể giúp gì cho anh ấy và đặt bản thân mình vào vị trí của anh ấy để giúp anh ấy chiến thắng được những cám dỗ ấy.

Daniel Weiss làm việc ở tổ chức Focus on the Family đã cho tôi biết thêm một điều rất thú vị rằng:

"Điều tốt nhất mà một người phụ nữ có thể giúp được cho người bạn đời của mình trong trường hợp này là thể hiện hai điều tối quan trọng trong đời sống hôn nhân, đó là sự chân thành và sự cởi mở! Động cơ dẫn đến những sai lầm có liên quan đến tình dục chính là sự xấu hổ, tội lỗi và sự giấu giếm. Nếu một người đàn ông có nỗi giấu giếm riêng tư, nếu họ cảm thấy không thể chia sẻ về những cám dỗ thông thường đối với một người đàn ông, sự việc có thể sẽ càng trở nên tệ hại hơn. Tốt hơn cả là phụ nữ cần làm thế nào để nam giới cảm thấy nếu muốn, họ có thể dễ dàng chia sẻ cùng vợ mình Những nỗi cám dỗ mà họ đang đối diện mỗi ngày. Tiếp theo, hãy chú ý và bày tỏ thái độ trân trọng trước những nỗ

lực mà anh ấy đã làm để tỏ lòng tôn trọng và yêu quý bạn. Hãy nhạy bén quan sát, rồi bạn sẽ ngạc nhiên nhận ra rằng mỗi ngày anh ấy đã phải cố gắng thế nào để gạt bỏ bao lựa chọn nhằm giữ cho tinh thần luôn trong sáng, thủy chung cùng bạn.

Ngày nay, ăng-ten nhạy bén của tôi luôn hoạt động 24/24 và điều đó không những không hề khiến cho chồng tôi bực bội mà còn tỏ ra trân trọng tôi vì điều đó. Bởi vì ngày nay, mỗi khi nhìn thấy một cô gái trẻ đẹp, hấp dẫn, tôi cũng nhận ra ngay Jeff đã "căng người" để không nhìn ngắm cô ấy. Và thay vì buồn khổ nghĩ rằng sao Jeff lại dễ bị thu hút đến thế, tôi lại lấy làm vui vì thấy rằng anh ấy đã rất cố gắng kiềm chế bản thân vì tôi. Điều đó không chỉ có tác dụng khích lệ anh ấy mà còn động viên chính bạn nữa.

Ở đây, có một điều tôi cần nhấn mạnh với bạn là giữa hai việc khẳng định, khen ngợi và làm bẽ mặt anh ấy là hoàn toàn khác nhau. Chẳng hạn, không một người đàn ông nào muốn được bạn khen ngợi như một đứa con với câu nói đại loại "Anh thật là ngoan!". Nhưng thay vào đó, bạn có thể chỉ cần đơn giản nói lời cảm ơn khi nhận ra anh ấy đang cố gắng không chú tâm vào một mẩu quảng cáo đồ lót. (Tôi xin lặp lại, đàn ông không ai giống ai cả. Vì thế, bạn cũng đừng nên vội kết luận điều gì nếu những gì bạn làm cũng chẳng khiến được chồng bạn nhìn đi chỗ khác. Bởi vì, đối với một số người, Những hình ảnh quảng cáo gợi cảm ấy chẳng hề gây ảnh hưởng gì nơi họ!) Nhiều chị em phụ nữ khi đi ra phố với chồng thậm chí còn tỏ lời khen ngợi "Chà, cô kia đẹp quá!" nhờ vậy mà giúp cho người chồng cảm thấy bớt căng thẳng trong việc cố gắng không nhìn ngắm một cô gái đẹp. (Dĩ nhiên, điều này chỉ đúng khi cô gái xinh đẹp đó quả thật là hiện thân của cái đẹp chứ không hề cố tình phô bày thân xác nhằm cám dỗ khoái lạc!). Điều quan trọng là, phải hiểu được đâu là vấn đề cốt lõi trong cuộc hôn nhân của bạn. Hãy hỏi xem điều gì sẽ giúp anh ấy cảm thấy thoải mái hơn hoặc cần thiết hơn để từ đó biết được bạn nên làm những gì.

Cách thứ ba để thể hiện sự hỗ trợ của bạn đối với anh ấy là nhận biết những yếu tố thường khiến người đàn ông khó giữ vững tinh thần hơn trước những cám dỗ. Đó là các yếu tố như: đói, giận dữ, cô đơn và mệt mỏi. Nếu một người đàn ông phải làm việc nhiều giờ, bị tách rời với thế giới xung quanh (hoặc với vợ mình), cảm thấy không được trân trọng, thất vọng vì chưa làm tốt vai trò trụ cột trong gia đình, hoặc đang công tác xa nhà - nói ngắn gọn là, anh ấy đang cảm thấy đói, giận dữ, cô đơn hoặc mệt mỏi - thì chỉ cần một hoặc tất cả các yếu tố này đều có thể làm suy giảm quyết tâm của anh ấy. Cũng giống như nếu bạn đã từng ngồi một mình

và ăn hết cả hộp sô-cô-la to tướng vì cảm thấy buồn, bạn sẽ hiểu được tâm trạng này ở nam giới.

Có một sự thật mà chúng ta nên nhìn thẳng vào, đó là những người phụ nữ hoàn toàn không biết gì về vấn đề này đôi khi lại chính là những người vô ý góp phần làm trầm trọng sự việc. Suy cho cùng, tất cả những hình ảnh trong cuốn phim lưu trữ ấy của nam giới cũng không hẳn xuất phát từ các hình chụp mà họ đã trông thấy ở đâu đó, mà từ bất kỳ hình ảnh nào mà cặp mắt của nam giới có thể tự động "đưa vào tầm ngắm" trên đường, ngoài phố…

Không may là, do không phải là những người "yêu bằng mắt" nên phụ nữ chúng ta không tài nào nhận ra những gì mình đang làm cho các ông chồng của chúng ta, vốn cũng là một điều mà nam giới không tài nào hiểu được!

Một người cha cứ hỏi tôi vì sao cô con gái mười tám vốn rất cẩn trọng của mình lại mặc một chiếc áo sơ-mi với chiếc váy ngắn cũn cỡn và loanh quanh bên cạnh cậu trai mà cô ấy thích. "Chắc chắn! Chắc chắn là nó biết nó đang làm gì!" - Ông quả quyết.

- Phải, cô ấy biết là mình rất xinh xắn trong mắt cậu trai đó. - Tôi nói. - Nhưng chắc chắn cô ấy không hề biết được chuyện gì đang diễn ra trong đầu cậu bạn. Cô ấy chỉ tự nghĩ rằng, Anh ấy nghĩ mình xinh đẹp!

- Ở đây chẳng liên quan gì đến chuyện xinh xắn cả!

- Ông bố hoàn toàn bị sốc khi nghe tôi giải thích. - Cậu trai đó chỉ đang tưởng tượng trong đầu cảnh con bé khỏa thân mà thôi!

Và đó cũng chính là điều mà phụ nữ chúng ta thường không hiểu được.

Rất nhiều phụ nữ chỉ mong chiếm được sự chú ý và tình cảm của nam giới mà không hề nhận ra rằng, điều mà nam giới thật sự quan tâm lại hoàn toàn khác hẳn.

Tôi đoan chắc với các bà mẹ (và cả những ông bố nào quan tâm đến quyển sách này) rằng, con gái của bạn không hề thích thú với ý nghĩ rằng, bộ váy áo bó sát và ngắn cũn cỡn ấy sẽ khiến bạn trai mơ tưởng đến hình ảnh khiêu khích kia.

Trách nhiệm của chúng ta, những người phụ nữ, là đảm bảo cho điều đó không xảy ra.

HÃY NHÌN NHẬN VẤN ĐỀ MỘT CÁCH THỰC TẾ

Trước đây, nam giới phải đi tìm mới có được những hình ảnh cám dỗ. Ngày nay thậm chí họ không tài nào tránh khỏi chúng trong cuộc sống thường nhật. Vì thế, thay vì tiêu tốn công sức để đối đầu với anh ấy, tốt hơn là bạn hãy hỗ trợ anh ấy để chống lại những cám dỗ ấy. Cuối cùng, bạn hãy hiểu rằng, tạo hóa không hề có lỗi khi tạo nên những người đàn ông như thế. Một người bạn thân của tôi cho biết, hồi mới trở thành cô dâu trẻ ở tuổi hai mươi ba, cô đã từng bị sốc dữ dội khi nhận ra "sự thật mãn tính" này ở chồng mình. Cô đã từng kêu trời: "Vì sao Chúa lại ban cho anh ấy cái tính đó kia chứ?". Nhưng rồi sau đó cô ấy đã nhận ra rằng, Chúa đã tạo ra anh ấy như thế vì Người cho đó là điều đúng đắn. Chúng ta có thể không hài lòng hoặc không nhận ra, nhưng những gì tạo hóa làm đều có lý do chính đáng.

Chúa đã tạo ra anh ấy như thế vì người cho đó là điều đúng đắn.

Cũng như Chúa luôn dành cho bạn những điều tốt đẹp, cho cả người đàn ông mà bạn yêu.

Chương 7
ANH ẤY HIỂU VỀ SỰ LÃNG MẠN GIỐNG NHƯ BẠN?

Vì sao một anh chàng "thộn" nhất vẫn khao khát sự lãng mạn.

Nam giới yêu thích và luôn cần sự lãng mạn nhưng đôi khi lại nhìn thấy sự lãng mạn ở nhiều thứ khác nhau hoặc tự mâu thuẫn với bản thân vì thiếu khả năng tạo ra sự lãng mạn.

Chúng ta thường cho rằng, đàn ông là những gã khô khan, chẳng thiết tha gì chuyện lãng mạn trong cuộc sống. Trong những bộ phim truyền hình trước nay, chúng ta vẫn thường thấy không thiếu các tình huống dở khóc dở cười chỉ vì sự yếu kém óc lãng mạn của nam giới. Chẳng hạn, một anh chồng tặng vợ cái cân sức khỏe nhân ngày lễ Tình nhân 14/2. Hoặc một nam diễn viên khi được phân vai đóng cảnh gợi cảm với nữ đồng nghiệp liền hỏi ngay: "Vậy tôi phải hôn cô ấy trong bao lâu?".

Có phải nam giới thật sự "mù mờ" khi nói đến sự lãng mạn, hay chỉ vì họ có cách nghĩ khác với phụ nữ chúng ta? Liệu họ có cho rằng đó chỉ là một việc mất thời gian. Hay theo họ, lãng mạn cũng thú vị miễn là sau đó họ được thỏa mãn về tình dục?

Có phải nam giới thật sự "mù mờ" khi nói đến sự lãng mạn, hay chỉ vì họ có cách nghĩ khác với phụ nữ chúng ta?

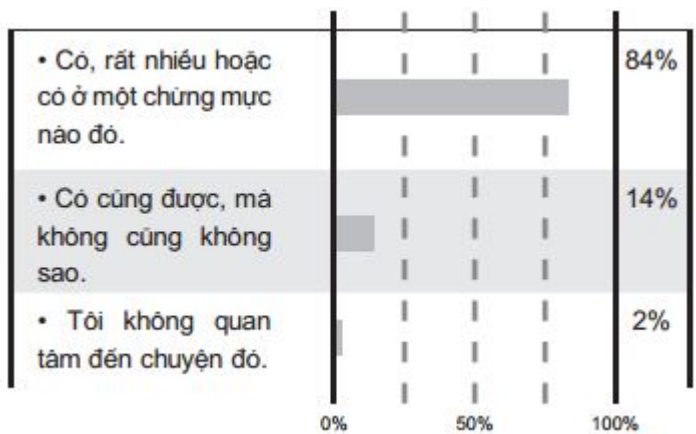
Có thể bạn sẽ phải ngạc nhiên lớn đấy. Theo những gì tôi thu nhặt được thì hầu hết nam giới đều cảm thấy họ là những "con người lãng mạn thầm kín" rất giống với phụ nữ chúng ta, nghĩa là luôn cảm thấy thiếu thốn và khao khát tình cảm trong mối quan hệ của mình. Và còn đáng ngạc nhiên hơn nữa là, sự khao khát này khác xa với cảm xúc tình dục mà nam giới, đáng mừng thay, lại

mong mỏi tìm thấy sự gắn bó, niềm vui, những khoảnh khắc yêu thương… với những người vợ như chúng ta!

NAM GIỚI CŨNG CẦN SỰ LÃNG MẠN!

Tôi phải thừa nhận rằng, chính bản thân mình cũng bị sốc khi phát hiện ra điều này. Trong cuộc khảo sát đầu tiên với mười người đàn ông, khi được hỏi liệu họ có cần sự lãng mạn cho chính bản thân mình trong cuộc sống hay không thì tất cả đều gật đầu: "Có, rất nhiều". Điều đó khiến tôi nhận ra rằng, trước đây mình đã từng sai lầm khi cho rằng nam giới không quan tâm đến sự lãng mạn trong cuộc sống.

Bảng kết quả khảo sát sau đây sẽ giúp bạn thấy rằng, đại đa số nam giới đều yêu thích và khao khát sự lãng mạn. Bất kể bạn có khả năng tạo nên những sự kiện lãng mạn hay không, cũng như vợ/người yêu của bạn có đánh giá cao chúng hay không, hãy cho biết riêng bản thân mình bạn có khao khát sự lãng mạn hay không?



Lẽ dĩ nhiên, đây là kết quả khảo sát từ những người đàn ông ở mọi độ tuổi và tình trạng gia đình khác nhau.

Một anh cho biết: "Tôi ước gì vợ mình hiểu rằng tôi cũng cần sự lãng mạn, cần những cái ôm, cái hôn tha thiết như cô ấy vẫn cần trong cuộc sống vậy!".

Mời bạn nghe một anh từng kể cho tôi nghe về một trong những tình huống lãng mạn như sau:

"Kỳ trăng mật, chúng tôi đi nghỉ ở một vùng biển Ca-ri-bê. Một

hôm, chúng tôi ăn tối ở một nhà hàng có sàn nhảy nhưng vắng tanh. Thế là vợ tôi bèn bảo: "Mình ra nhảy đi anh!". Tôi hơi ngại nhưng rồi cũng bước ra. Và rồi chỉ trong vòng chín mươi giây sau, cả sàn nhảy trở nên chật cứng. Rõ ràng, trước tiên phải có một ai đó chịu "làm mẫu". Hầu hết phụ nữ dùng bữa với chồng hay người yêu ở nhà hàng tối đó đều không nghĩ đến chuyện khiêu vũ cho đến khi chúng tôi tạo cho họ suy nghĩ đó. Nhưng tôi dám chắc rằng, tất cả đàn ông ở đó đều có nghĩ đến chuyện khiêu vũ nhưng lại không dám thử tài trước mọi người".

Nam giới cũng thích lãng mạn như phụ nữ chúng ta vậy. Trong những trang tiếp theo, chúng ta sẽ bàn về việc làm thế nào để vượt qua nỗi e ngại, sự hiểu nhầm để cải thiện tình hình và giúp anh ấy thoải mái hơn. Chúng ta sẽ lắng nghe nam giới chia sẻ về những gì chúng ta nên làm.

VÌ SAO NAM GIỚI KHÔNG CHỦ ĐỘNG BÀY TỎ SỰ LÃNG MẠN?

Khi nghe tôi nói rằng, có thể bạn đã cưới cả một kho tàng lãng mạn, nhiều chị em vặn lại ngay: "Thế ư?

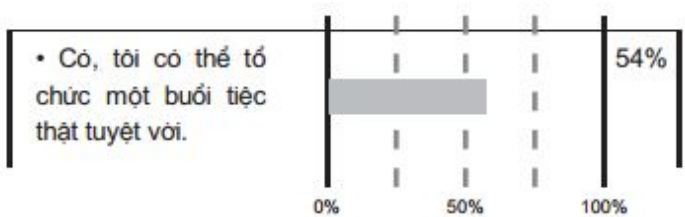
Nếu thích lãng mạn sao các ông không chịu thể hiện bằng hành động đi?".

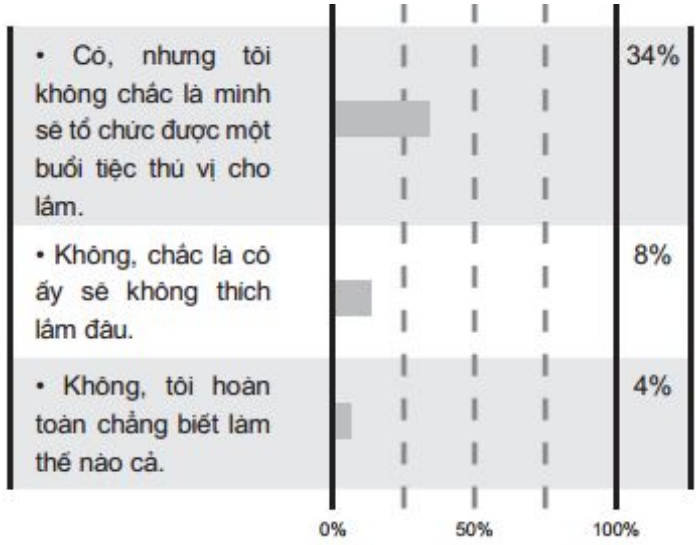
Trả lời câu hỏi này, các ông thường đưa ra hai lý do chính: một là sự do dự nội tâm, hai là "khoảng cách giới tính" trong cách hiểu về sự lãng mạn.

SỰ DO DỰ NỘI TÂM

Mời bạn hãy xem các kết quả khảo sát sau:

Giả sử bạn có kế hoạch tổ chức một buổi tiệc kỷ niệm cho vợ/người yêu của mình. Liệu bạn có biết cách tổ chức thế nào để buổi tiệc thật lãng mạn và làm vừa lòng cô ấy không?




• Có, nhưng tôi không chắc là mình sẽ tổ chức được một buổi tiệc thú vị cho lắm.
34%
• Không, chắc là cô ấy sẽ không thích lắm đâu.
8%
• Không, tôi hoàn toàn chẳng biết làm thế nào cả.
4%
0%
50%
100%

Nếu lưu ý hai câu trả lời "có", bạn sẽ thấy đến 88% nam giới cảm thấy họ hoàn toàn có thể tổ chức một buổi tiệc lãng mạn. Nghĩa là, họ không hoàn toàn "cục mịch" như bạn vẫn nghĩ khi nói đến khái niệm lãng mạn. Tuy nhiên, kết quả khảo sát cũng cho thấy có đến gần phân nửa (46%) đàn ông cảm thấy không tự tin lắm về bản thân họ cũng như mức độ thành công của buổi tiệc mà họ tổ chức.

Gần phân nửa nam giới không dám chắc rằng bạn sẽ thích những gì họ làm.

Trò chuyện với họ, tôi khám phá ra ba mối bận tâm thuộc về bản năng khiến nam giới ngần ngại trong việc thể hiện sự lãng mạn.

BẬN TÂM THỨ NHẤT: "CHẮC MÌNH LÀM CHẲNG HAY HO GÌ ĐÂU!"

Rõ ràng, nhiều chị em phụ nữ chúng ta thường bỏ qua rào cản cơ bản nhất khiến anh ấy ngần ngại trong việc thể hiện sự lãng mạn, đó là cảm giác tự hoài nghi.

Nhiều anh tự dưng có cảm giác mình rất vụng về trong những trò lãng mạn, chẳng hạn như "thỉnh thoảng chúng tôi cảm thấy mình rất vụng về, cục mịch. Cảm giác giống như bạn phải viết một lá thư bằng tay không thuận vậy!".

Một anh còn cho biết thêm: "Tôi cố hết sức để không bị phát hiện ra sự vụng về đó. Chẳng có anh chàng nào thật sự am hiểu phải

làm thế nào cả, chẳng qua chỉ là quan sát người khác làm rồi bắt chước để bày tỏ sự lãng mạn mà thôi".

Một khi đã hiểu được bản chất của nam giới vốn là hành động, thì bạn càng dễ hiểu tại sao từ cảm giác tự hoài nghi này, anh ấy sẽ không trở nên chần chừ, thậm chí là không làm gì cả mặc dù trong lòng đang khao khát sự lãng mạn.

Một anh đã mô tả sự căng thẳng đó như sau: "Cứ nghĩ đến cảm giác bị 'què' thật là kinh khủng, nhất là khi mà nam giới luôn có nhu cầu được tôn trọng. Tôi thà chịu mang tiếng là một anh chàng khô khan còn hơn.

Đó là lý do vì sao nam giới không dám có những hành động tỏ ra lãng mạn. Vì nếu làm không khéo, tôi sẽ dễ dàng cảm thấy bị xúc phạm".

Một anh khác thì lại bày tỏ những mối lo lắng về khả năng của mình như sau: "Sở dĩ nam giới rèn luyện bóng đá thường xuyên là để tránh những sai sót có thể dẫn tới cảm giác bối rối và tự ti vì thiếu khả năng khi thi đấu trên sân cỏ. Trong khi đó, chẳng có cách gì để luyện tập kỹ năng bày tỏ sự lãng mạn. Vì thế, nếu đã không biết thì họ cảm thấy tốt hơn hết là không dấn thân vào lĩnh vực này để không phải chịu tổn thất về mặt tình cảm".

Mức độ nhiệt tình thể hiện các hành vi lãng mạn và sẵn sàng gánh chịu rủi ro của một người đàn ông còn gắn liền chặt chẽ với cảm nhận của anh ta về công việc đang làm. Một người đàn ông đang cảm thấy căng thẳng và thiếu tự tin trong công việc sẽ khó lòng chấp nhận rủi ro để có thể bị đánh giá thấp trong gia đình. Trong trường hợp đó, thà là anh ta chọn cách không làm gì cả nhưng an toàn.

BẬN TÂM THỨ HAI: ÁM ẢNH VỀ những THẤT BẠI ĐÃ QUA

Bạn cũng có thể dễ dàng đoán được rằng, một người đàn ông có vẻ vô tâm hay thiếu lãng mạn chẳng qua là vì họ đã từng trải qua những đau thương trong quá khứ nên giờ đây quyết định chọn cho mình một lối đi an toàn.

Về mặt tình cảm, bởi nam giới vốn vụng về nên càng trở nên đặc biệt nhạy cảm với những lời phê bình hay trêu chọc. Một anh nói rằng: "Em trêu tôi vì không biết thắp nến cho bữa ăn lãng mạn chứ gì? Được thôi. Thế thì em cứ chờ đi, năm năm nữa tôi mới thắp nến trở lại!".

"Em trêu tôi vì không biết thắp nến cho bữa ăn lãng mạn chứ gì? Được thôi. Thế thì em cứ chờ đi, năm năm nữa tôi mới thắp nến trở lại!"

Một anh khác thì kể rằng: "Tôi bỏ ra hàng đống thời gian để tìm cho cô ấy một món quà sinh nhật đặc biệt, trong lòng cứ thấp thỏm vui mừng về chuyện đó. Khi mở quà, cô ấy mỉm cười rồi nói: "Cảm ơn anh", hôn lên má tôi rồi bắt đầu nói về chuyện ra ngoài ăn tối. Tôi có cảm giác sau tất cả ngần ấy thời gian và công sức bỏ ra, tôi chẳng khiến cô ấy vui được bao nhiêu. Lần sau, tôi nghĩ có lẽ mình nên mong đợi ít hơn và chọn những giải pháp an toàn hơn".

Trong khi đó, một số nam giới lại mang nỗi khổ tâm ngược lại. Theo họ, ghi điểm lãng mạn với người yêu chỉ khiến mình đau khổ vì cứ phải xem đó là chuẩn mực để phấn đấu cho những lần sau. Để tôi kể cho bạn nghe một ví dụ có liên quan đến Jeff, chồng tôi. Nhiều năm trời, tôi cứ thắc mắc không tài nào hiểu được cách xử sự thất thường của Jeff khi có lúc anh ấy sẵn sàng đi lùng khắp nơi để mua tặng tôi một món quà thật đặc biệt, thật lãng mạn trong khi những năm trước đó anh chỉ tặng tôi mỗi một tấm thiệp. Hồi còn sống ở Manhattan, có lần vào ngày lễ Tình nhân Jeff đã khiến tôi phải kinh ngạc khi tặng tôi một quyển sách thiếu nhi nói về một cô bé luôn khát khao học trượt tuyết. Cuối cùng, cô bé đã được toại nguyện. Ở ngay trang sách ấy, anh đã cẩn thận đính kèm một quyển cẩm nang giới thiệu về khóa học trượt tuyết một tháng do Jo-Jo Starbuck, vận động viên Olympic nổi tiếng, dạy kèm tại trung tâm Rockefeller.

Tôi còn được gặp cả các vận động viên từng đoạt huy chương vàng Katarina Witt và Scott Hamilton. Tôi sững cả người và kể chuyện ấy cho tất cả mọi người quen biết! Thế nhưng, suốt ba năm sau đó tôi lại chẳng hề nhận được một "món quà lãng mạn" nào cả! Tôi không lấy điều đó làm phiền lòng, mà chỉ thắc mắc không hiểu vì sao. Cuối cùng, Jeff đã thú nhận với tôi lý do rằng chỉ vì anh ấy biết chắc mình không thể tái diễn lại điều lãng mạn tuyệt vời đã làm cho tôi dịp lễ Tình nhân năm đó nên anh ấy quyết định bỏ qua. "Suy nghĩ của nam giới luôn đầy tính cạnh tranh. Và anh đã cạnh tranh ngay với chính bản thân mình. Năm sau đó, anh biết chắc là mình sẽ không thể làm điều gì lãng mạn hơn cho em nên đành bó tay". May thay, tôi đã thuyết phục được anh ấy hiểu rằng bất cứ điều gì anh có thể nghĩ đến để tạo cho tôi cảm giác đặc biệt đều đáng quý và được tôi trân trọng cả.

BẬN TÂM THỨ BA: KHÔNG DỄ THAY ĐỔI TRẠNG THÁI

Ngay cả những phụ nữ văn phòng cũng không dễ hiểu được nỗ lực của nam giới khi phải chuyển đổi từ thái độ làm việc năng động, thực tế sang trạng thái dịu dàng, lãng mạn. Rất nhiều chị em chúng ta đã từng chứng kiến hình ảnh này rõ nét khi chồng đi làm về chỉ biết ngồi thừ ra đó, chuyển hết kênh truyền hình này đến kênh truyền hình khác. Các anh tham gia phỏng vấn cho biết, các bà hãy yên tâm và đừng quan trọng hóa thái độ ấy. Đơn giản là vì họ đang cần được thư giãn và lấy lại sự tỉnh táo trong giây lát mà thôi.

Theo nam giới, nhu cầu được thả lỏng của họ sau giờ làm việc là điều tự nhiên và chẳng hề có liên quan gì đến chị em phụ nữ chúng ta cả.

Và mỗi người có cách chuyển đổi trạng thái hoàn toàn khác nhau. Một người bạn hừng hực sức sống và năng lượng vốn thường xuyên phải đối diện với công việc căng thẳng của tôi cho biết, thường khi về đến nhà anh ấy dường như muốn "san bằng" cả căn nhà. Về sau, anh nhận ra do mình không biết cách rũ bỏ mọi phiền toái, căng thẳng của công việc sau khi bước ra khỏi văn phòng và "điều đó khiến vợ tôi bị tổn thương". "Giờ đây, cô ấy đã biết cách giúp tôi chuyển đổi trạng thái," - anh ấy nói, - "bằng cách hỏi han gợi chuyện và thế là 45 phút sau tôi đã giũ sạch được những ý nghĩ khó chịu. Và thế là, chẳng mấy chốc tôi đã chuyển hệ sang trạng thái 'ở nhà' lúc nào không hay và cảm thấy dễ chịu hơn trong một môi trường an toàn, thân thiện. Ngoài ra, tôi còn củng cố được quan hệ tốt hơn với vợ nữa!".

Hầu như anh chàng nào cũng cho biết, họ cần một thời gian ngắn để giải tỏa bớt những căng thẳng công sở trước khi trở thành một người chồng dịu dàng, lãng mạn. Nếu như người vợ hiểu được điều đó và cho anh ta một khoảng thời gian cần thiết, anh ta sẽ cảm thấy hạnh phúc hơn và nhờ đó sẽ tận tụy hơn với gia đình trong khoảng thời gian còn lại của buổi tối.

Một anh cho biết: "Tôi ước gì vợ mình hiểu rằng, đôi khi tôi không nói chuyện với cô ấy hoặc không tỏ ra âu yếm đều không có liên quan gì đến tình cảm mà tôi dành cho cô ấy cả. Chỉ là do đôi lúc tôi cũng cần có không gian cho riêng mình, thế thôi!".

Đàn ông là những sinh vật khác với phái nữ chúng ta. Điều đó lý giải cho lý do chính yếu thứ hai vì sao nam giới cho rằng chúng ta cảm thấy họ thiếu sự lãng mạn.

ĐỊNH NGHĨA LÃNG MẠN VÀ những ĐIỂM KHÁC BIỆT DO GIỚI TÍNH

Tôi đã tiến hành một cuộc khảo sát trên năm mươi người đàn ông về đặc tính rút lui. Khi tôi đưa ra câu hỏi:

"Bản thân anh có khao khát sự lãng mạn không?", một anh đáp rằng: "Có, rất nhiều…" nhưng lại thêm rằng

"… nhưng lãng mạn theo nam giới chúng tôi có hơi khác!". Chính điều đó đã khiến tôi mong mỏi tìm hiểu về khái niệm lãng mạn ở nam giới để xem phụ nữ chúng ta còn hiểu sai lệch điều gì chăng.

ĐỊNH NGHĨA 1: CHƠI CHUNG LÀ CỰC KỲ LÃNG MẠN

Nam giới thường thích đi ra ngoài và làm mọi việc chung với nhau. Theo họ, đó là biểu hiện của sự lãng mạn không ngờ. Chơi chung với vợ khiến họ cảm thấy đặc biệt gần gũi, tràn ngập yêu thương và thân thiết; nó giúp hai người thoát ra khỏi hoàn cảnh thông thường, có được khoảnh khắc để quan tâm đến nhau. Đó cũng chính là những gì mà phụ nữ mong muốn có được từ sự lãng mạn.

Nam giới thường thích đi ra ngoài và làm mọi việc chung với nhau. Theo họ, đó là biểu hiện của sự lãng mạn.

Dưới đây là suy nghĩ của một người đàn ông đã lập gia đình:

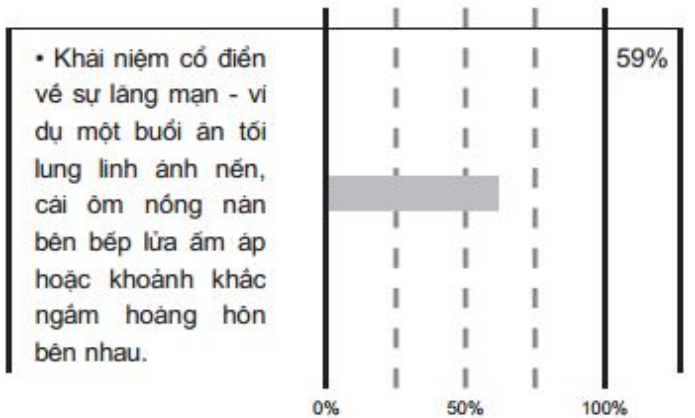
"Hầu hết đàn ông khi đã lập gia đình thường không thích để vợ ở nhà để tham gia những hoạt động dành cho nam giới. Họ muốn cả vợ cùng tham gia những trò "đàn ông" đó. Họ muốn vợ trở thành người bạn cùng chơi với họ, giống như hồi còn hẹn hò. Đối với đàn ông, niềm hạnh phúc lớn lao nhất là được cùng nhau chơi những trò vui vẻ!".

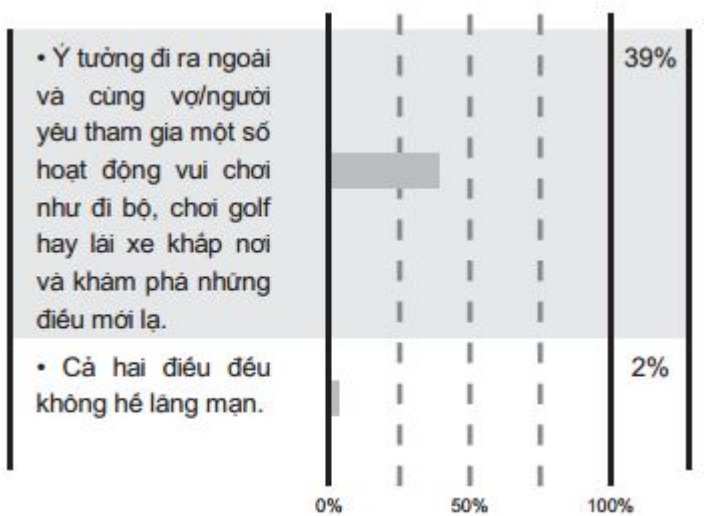
Người phụ nữ nào biết tham dự những trò vui với chồng sẽ trở nên cực kỳ hấp dẫn. Nếu bạn trông thấy một người vợ đang chơi golf với chồng, tôi dám cược rằng những người đàn ông khác hẳn phải đang ghen tỵ vì điều đó. Hôn nhân khiến người ta quên mất thói quen cùng đi ra ngoài và tham dự những trò vui với nhau vì có quá nhiều trách nhiệm phải lo toan trước mắt. Tuy vậy, đàn ông vẫn mong muốn vợ mình cùng tham dự những hoạt động vui chơi.

Khi được nghe mãi về điều này, tôi có thể nói thêm rằng mình đã tìm thấy một ánh sáng mới. Chồng tôi thuộc tuýp người cổ điển và đặc biệt ưa thích những bữa tối lãng mạn bên ánh nến lung linh, nhưng có lẽ anh ấy làm thế là vì tôi hơn vì anh ấy.

Nói chuyện với nhiều đàn ông khác nhau khiến tôi nhận ra rằng, có những lúc tôi đã không hề biết một số hoạt động mà Jeff đề nghị tôi tham gia lại có ý nghĩa lãng mạn với anh ấy như thế nào! Trong tâm trí anh ấy, đó chẳng phải chỉ đơn thuần là một ngày tản bộ vui vẻ hay một dịp để thư giãn và dạo quanh thị trấn nhỏ yên tĩnh, mà nó cũng lãng mạn như một bữa cơm tối dưới ánh nến lung linh đối với tôi vậy. Nhận biết điều đó khiến tôi càng thêm hào hứng tham gia những hoạt động ngoài trời với Jeff và trân trọng Những giá trị mà những giây phút đó mang lại.

Nam giới đôi khi có những khái niệm khác nhau về sự lãng mạn. Nếu không kể đến tình dục, đối với anh điều gì dưới đây là lãng mạn nhất?


• Khái niệm cổ điển về sự lãng mạn - ví dụ một buổi ăn tối lung linh ánh nến, cái ôm nồng nàn bên bếp lửa ấm áp hoặc khoảnh khắc ngắm hoàng hôn bên nhau.
59%
0%
50%
100%


• Ý tưởng đi ra ngoài và cùng vợ/người yêu tham gia một số hoạt động vui chơi như đi bộ, chơi golf hay lái xe khắp nơi và khám phá những điều mới lạ.
39%
• Cả hai điều đều không hề lãng mạn.
2%
0%
50%
100%

Trong khi hầu như 60% nam giới khao khát những sự kiện lãng mạn đầy tính cổ điển thì có đến gần như 40% còn lại ưa chuộng những hoạt động năng động. Rất có thể cũng như tôi, bạn đang để lỡ những khoảnh khắc lãng mạn cùng người bạn đời của mình chỉ vì không biết rằng đối với anh ấy, chúng lãng mạn biết bao!

ĐỊNH NGHĨA 2: LÃNG MẠN MÀ KHÔNG CÓ TÌNH DỤC LÀ CHƯA TRỌN VẸN

Hẳn bạn cũng có thể đoán từ chương trước khi chúng ta bàn về vấn đề tình dục rằng, nam giới xem tình dục như một phần của sự lãng mạn. Điều đó không có nghĩa là lúc nào hai điều này cũng phải gắn liền hoặc đi song song với nhau, nhưng hãy tin tôi, lúc nào ý nghĩa đó cũng nằm sẵn trong đầu anh ấy!

Trong khi phụ nữ có thể tận hưởng cảm giác gần gũi và một buổi tối hoàn toàn lãng mạn mà không cần đến tình dục thì ngược lại, nam giới hoàn toàn không như thế.

Bạn hãy xem những ý kiến tiêu biểu trong các buổi phỏng vấn như sau:

• "Đối với nam giới, rất khó để họ mô tả sự lãng mạn mà không đề cập đến tình dục. Bởi đây là hai vấn đề thuộc về nhau. Nếu đàn ông cảm thấy lãng mạn, họ sẽ nghĩ đến tình dục. Nếu như không có những vấn đề đạo đức hay rào cản xã hội thì mọi sự lãng mạn rồi cũng sẽ dẫn đến tình dục."

• "Tôi thích tạo nên một buổi tối lãng mạn, nhưng muốn vậy lại có quá nhiều thứ phải làm. Và tôi cũng không nghĩ vợ tôi sẽ hiểu được rằng khi lãng mạn, lúc nào tôi cũng nghĩ đến điều đó. Vì thế mà đôi khi, tất cả

Những công việc chuẩn bị ấy sẽ dẫn đến sự thất vọng ghê gớm trong chuyện ân ái!"

• "Đàn ông nghĩ rằng, nếu lãng mạn là cảm giác gắn kết về mặt tình cảm và theo tôi, tình dục là cách giúp tôi cảm nhận được điều đó đồng thời hai ta đang lãng mạn, thế thì tại sao chúng ta lại không làm chuyện đó ngay bây giờ? Nếu để đến tháng sau mới yêu nhau, liệu lúc ấy có còn vui không?"

Một anh khác thì lại đề cập đến tình huống người chồng dùng cái lãng mạn để thỏa mãn nhu cầu tình dục, trong khi cô vợ thì lại dùng tình dục để tận hưởng sự lãng mạn. Nhưng anh cũng cho thấy một góc nhìn khác như sau:

“Nếu người vợ chỉ cho ‘tình dục’ để đạt được một điều khác mà cô ấy muốn, điều đó sẽ khiến người chồng cảm thấy vô cùng tổn thương. Phụ nữ không nên xem tình dục là một phần thưởng dành cho nam giới sau khi lòng mình. Đàn ông ham muốn tình dục không chỉ đơn thuần vì chuyện yêu đương mà còn để trải nghiệm lại ngọn lửa đam mê thời còn hẹn hò, để tìm lại mối dây tình cảm với vợ sau một ngày dài làm việc mệt nhọc, để cảm thấy được yêu và để hoàn toàn tách khỏi áp lực căng thẳng của cuộc sống, ít nhất là trong một phút giây nào đó. Và ân ái là một hành vi giúp giải tỏa hữu hiệu những nhu cầu đó. Xét cho cùng, lãng mạn cũng chính là sự chạy trốn, chạy trốn khỏi thế giới thường nhật đầy bộn bề, lo toan với người mình yêu và để khám phá ra rằng, cô ấy cũng vui sướng không kém khi được chạy trốn cùng với mình!”.

Rõ ràng, nam giới cũng giống phụ nữ chúng ta, nghĩa là họ cũng mong muốn được yêu. Và tình dục là một phần giúp họ cảm nhận được tình yêu của phụ nữ chúng ta đấy, bạn ạ!

SỨC MẠNH CỦA PHỤ NỮ TRONG TÌNH YÊU

Có bao giờ bạn tự hỏi, phụ nữ chúng ta có sức mạnh thế nào trong việc thay đổi toàn cảnh bức tranh tình cảm đôi lứa không? Thông thường, hầu hết chúng ta đang sống với một người đàn ông cũng biết khát khao tình cảm, gắn bó nhưng bề ngoài lại tỏ vẻ xa cách và nản lòng. Điều đó cho thấy, phụ nữ chúng ta là những người nắm giữ chìa khóa của một cuộc hôn nhân hạnh phúc.

Nếu bạn từng thất vọng về mối quan hệ của mình cũng như đã từng cố gắng cách này cách nọ mà vẫn không thành công, hẳn bạn cũng nhận ra rằng cứ xoay đi xoay lại vấn đề này cũng chẳng có ích gì. Thế thì, câu hỏi đặt ra là phụ nữ chúng ta phải bắt đầu từ đâu?

HÃY ĐỘNG VIÊN ANH ẤY

Sự trân trọng và đánh giá cao của vợ hay người yêu là điều mà nam giới luôn cần đến, đặc biệt là trong những trường hợp anh ấy rời xa môi trường an toàn, thân thuộc như gia đình.

Một anh tha thiết nói rằng: “Chỉ cần biết động viên và nhìn nhận những nỗ lực của tôi, tôi sẽ không quản công băng đèo lội suối vì cô ấy. Nhưng đừng âm thầm nghĩ rằng tôi thừa biết cô ấy rất vui vì những gì tôi đã làm. Tôi sẵn sàng làm một thằng ngốc vì cô ấy, nhưng ít nhất phải cho tôi biết rằng tôi đã làm rất tốt. Và giúp tôi

thỏa mãn nhu cầu tình dục nữa. Bởi điều đó rất có ích cho tôi".

Bạn hãy nhớ rằng, rất nhiều nam giới xem những hành vi khởi sự lãng mạn là liều lĩnh, vì đó là nguy cơ họ trở nên lố bịch và bị xem thường. Vì thế, hãy chứng tỏ cho anh ấy thấy rằng nỗ lực của anh ấy rất đáng được trân trọng và chẳng hề có rủi ro nào cả.

Mỗi khi anh ấy thể hiện một nỗ lực nào đó, thì bạn phải xem đó là trách nhiệm và niềm vui của mình trong việc chứng tỏ cho anh ấy thấy đó là điều đáng làm.

Ngay cả khi người đàn ông đang ở trong môi trường thân thuộc, an toàn của gia đình, anh ấy vẫn có thể cảm thấy nản chí khi bạn từ chối "đi ra ngoài và chơi chung" với anh ấy khi có một cơ hội nào đó. Vì vậy, nếu lần sau anh ấy có đề nghị điều gì đó, bạn nhớ đừng viện cớ rằng mình còn phải rửa chén hay dọn phòng mà từ chối nhé. Hãy tạo cho anh ấy một "bữa tối lãng mạn dưới ánh nến lung linh" theo cách của anh ấy để hai người cùng tận hưởng những khoảnh khắc tuyệt vời bên nhau.

HÃY "DỤ DỖ" ANH ẤY

Nam giới thích được động viên và cũng thích chinh phục. Sau đây là một câu chuyện trao đổi giữa hai người bạn đã có gia đình, một nam và một nữ. Người phụ nữ tự hỏi vì sao hôn nhân thường giết chết sự lãng mạn. Người phụ nữ: "Lãng mạn là cảm giác mình vẫn còn đang được theo đuổi".

Người đàn ông: "Nhưng chúng tôi đã cưới các cô về làm vợ. Vậy phải tạo cho chúng tôi những mục tiêu khác chứ?".

Rất nhiều nam giới cho biết, trong công việc lẫn tình cảm, họ luôn tìm kiếm một điều gì đó để chinh phục, để "bắt lấy". Chìa khóa giữ cho hôn nhân luôn lãng mạn là hãy làm thế nào để ông chồng yêu thích sự lãng mạn của bạn luôn có mục tiêu mới để chinh phục.

Hãy luôn làm mới mối quan hệ và tạo cho anh ấy các mục tiêu để chinh phục. Hãy cùng anh ấy đi dã ngoại, đi chơi golf. Hãy cho anh ấy khoảng không gian riêng khi anh ấy cần và quan tâm, chú ý khi anh ấy cần.

Hãy trở thành một người bạn, người yêu mà anh ấy luôn cần phải theo đuổi.

Hãy trở thành một người bạn, người yêu mà anh ấy luôn cần phải theo đuổi.

NÓI CHO ANH ẤY BIẾT ĐIỀU BẠN CẦN

Một số anh đề nghị rằng, do nam giới không thể đọc được ý nghĩ của phụ nữ, tốt hơn hết là chúng ta nên hé lộ cho họ thấy những gợi ý cần thiết để có thể thực hiện những điều lãng mạn làm vui lòng chị em, miễn sao bạn đừng biến chúng thành những lời dạy bảo thẳng thừng.

Chúng ta hãy xem trường hợp cụ thể và đơn giản sau đây về chuyện ôm nhau. Do nhu cầu được ôm ấp có ý nghĩa quan trọng hơn đối với phụ nữ so với nam giới, nên thiết nghĩ chúng ta cũng cần kiên nhẫn giúp cho anh ấy hiểu để có thể làm vui lòng mình. Tương tự với tất cả các hành động, sự việc nào mà chúng ta cảm thấy cực kỳ lãng mạn nhưng với anh ấy thì không. "Hãy giúp anh hiểu vì sao điều đó lại quan trọng với em", một ông chồng nói. "Hãy giúp anh thấy được rằng, anh đang mang đến cho em sự lãng mạn em cần. Như thế, em sẽ dễ dàng giúp anh tận hưởng sự lãng mạn mà anh muốn".

Nhờ đó, bạn sẽ học được cách cho người khác điều mà họ cần và tận hưởng niềm vui khi biết quan tâm thật sự đến người khác. Nói về ví dụ ôm nhau nêu trên, một anh cho biết: "Nam giới cảm nhận sự gắn bó, gần gũi sau quan hệ tình dục. Bởi thế mà trong trường hợp này, chúng tôi rất muốn biết tại sao phụ nữ lại xem chuyện ấy quan trọng đến thế".

HÃY XEM ANH ẤY LÀ ƯU TIÊN SỐ MỘT

Nếu bạn để quá nhiều ưu tiên khác cản trở, mức độ nhiệt tình của anh ấy sẽ bị giảm sút. Một trong những mối quan tâm phổ biến nhất mà tôi được biết là phụ nữ chúng ta thường xem trọng con cái hơn cha của chúng. Trong cuộc khảo sát, nhiều ông chồng phàn nàn rằng: "Cô ấy dành quá nhiều thời gian cho bọn trẻ trong khi lại có quá ít thời gian cho hai người".

Một người đàn ông có ba con cho biết: "Mọi người cứ nghĩ lúc nào cũng kè kè bên con là một người cha mẫu mực. Nhưng đối với một người đàn ông như tôi, tôi chỉ có cảm giác là "mình đã góa vợ". Thoạt nghe có vẻ hơi ích kỷ đấy, nhưng thật ra không hề như thế. Hơn nữa, lúc nào cũng chăm sóc bọn trẻ cũng không có lợi cho chúng".

Một ông chồng khác bổ sung: "Chẳng những con cái mới là người "cướp" vợ của tôi, mà còn nguyên nhân cho cả một danh sách " những việc cần làm" khác. Kể cả những chuyện giúp đỡ người

dưng…”.

Phụ nữ chúng ta có cả một cơ hội lớn để bắt đầu lại từ đầu với anh ấy

Đó là tiếng than trách của một ông chồng với mong ước đơn giản là được tận hưởng nhiều thời gian hạnh phúc hơn bên vợ. Thật là nghịch lý làm sao, vì đó cũng chính là điều mà phụ nữ chúng ta mong mỏi! Phụ nữ chúng ta có cả một cơ hội lớn để bắt đầu lại từ đầu với anh ấy… để cả hai sẽ cảm nhận được niềm vui khi cùng theo đuổi một mục tiêu chung.

Chương 8
những SỰ THẬT VỀ HÌNH THỨC CỦA BẠN

Vì sao hình thức của bạn lại ảnh hưởng đến cảm nhận của anh ấy?

Anh ấy không cần bạn phải có số đo ba vòng chuẩn của một hoa hậu, nhưng muốn bạn nỗ lực chăm sóc bản thân vì anh ấy.

CẢNH BÁO: Trước khi đọc tiếp, tôi muốn bạn phải hết sức bình tĩnh và nếu có thể, hãy cầu nguyện để có được sức mạnh tinh thần để không bị tổn thương khi khám phá những điều mà bạn có thể chưa từng biết đến.

Chúng ta bắt đầu nhé? Trong chương này, chúng ta sẽ nói về một đề tài mà nam giới hết sức mong muốn phụ nữ thấu hiểu nhưng lại hoàn toàn không biết phải làm thế nào để chia sẻ…

Nỗ lực chăm sóc bề ngoài của bạn là ưu tiên gần như số một trong danh sách những việc cần làm của anh ấy. Thế mà rất hiếm có người phụ nữ nào có thể hiểu hết cảm nhận thật sự của anh ấy về chuyện này.

Những gì tôi biết được về các nhu cầu của nam giới trong lĩnh vực này, kể cả của Jeff chồng tôi, không ngừng thay đổi theo thời gian. Nó làm tôi sững cả người và tôi nghĩ rằng, bạn cũng sẽ ngạc nhiên không kém khi biết được những điều sau đây.

PHỤ NỮ "CÓ MẮT CŨNG NHƯ MÙ"

Có thể là tôi ngây thơ thật, nhưng thực tình tôi không hề biết rằng chuyện hình thức bên ngoài của tôi lại quan trọng đến thế, thậm chí là tối thượng đối với một người đàn ông. Trước nay tôi vẫn cho

rằng hình thức có quan trọng nhưng không phải là chuyện tối thượng. Dĩ nhiên khi biết rằng nam giới "yêu bằng mắt" thì tôi cũng có thể hiểu được điều này. Nhưng tôi vẫn nghĩ rằng, nếu chẳng may tôi có mất đi dáng người thon thả của mình thì chỉ có tôi mới là người chịu thiệt mà thôi.

Một lần nọ, tôi có cuộc trò chuyện với Ted, một người quen biết qua công việc. Chúng tôi đã bắt đầu câu chuyện thú vị dưới đây:

- Có chuyện này tôi cần phải trao đổi với cô. - Ted nói với vẻ mặt không được thoải mái lắm. - Tôi nghĩ là phụ nữ bị "mù" trước một vấn đề họ thật sự cần phải hiểu biết. - Hít một hơi thật sâu, Ted bắt đầu đi vào vấn đề. - Tôi không nghĩ là phụ nữ hiểu được tầm quan trọng của hình thức bên ngoài của bản thân họ và phải tránh để không trở thành một hình ảnh luộm thuộm, ì ạch bên cạnh chồng mình.

- Ý anh là, phụ nữ không nên để thừa cân phải không? - Tôi dò hỏi.

- Điều đó cũng đúng, nhưng chỉ một phần. Nói như vậy không có nghĩa là vợ tôi phải có một thân hình chuẩn mực như người mẫu. Vấn đề lớn hơn là, tôi sẽ cảm nhận được nỗ lực chăm sóc bản thân của cô ấy vì tôi. Điều quan trọng không phải là lúc nào cũng cố giữ cho thân hình nhỏ nhắn, xinh xắn. Bởi nếu cô ấy không biết chăm sóc bản thân, ăn mặc lôi thôi bên tôi, không chịu luyện tập thể dục cũng như không có chút sinh khí để cùng tôi tham gia các hoạt động ngoài trời chẳng hạn, tôi sẽ nghĩ rằng dù biết những điều đó có ý nghĩa quan trọng đối với tôi nhưng cô ấy vẫn không chịu làm.

Và khi đó, nó trở thành vấn đề thật sự vì gây ảnh hưởng đến khả năng hoạt động, lòng tự tôn và khát vọng sống của cô ấy. Do đó, nó cũng sẽ gây ảnh hưởng đến tôi.

Sau khi đã trút hết nỗi niềm, Ted có vẻ nhẹ nhõm hơn: "Nói ra có thể cô không tin, nhưng sự thật là chẳng phải đàn ông chúng tôi muốn vợ mình lúc nào cũng lượn lờ trong nhà với bộ cánh mỏng tang, khêu gợi dù rằng như thế quả cũng có thích thật. Nhưng thật ra, cái tôi muốn chỉ là nhìn thấy vợ mình vì quan tâm đến chồng nên biết để ý chăm sóc bản thân!".

"CẢM ƠN, CẢM ƠN VÀ XIN CẢM ƠN!"

Từ khi quyết định sẽ thêm vào quyển sách này một chương nói về hình thức bề ngoài của người phụ nữ, phản ứng của nam giới khiến bản thân tôi phải kinh ngạc. Trong thực tế, khi tôi tóm tắt

về các đề tài được trình bày trong quyển sách này, bạn có biết đâu là vấn đề mà các anh ấy gần như chọn ngay và hết sức mong muốn vợ mình thấu hiểu không? Chính là chủ đề của chương này đấy (tình dục và sự tôn trọng gần như chiếm vị trí thứ hai). Hầu hết nam giới khi nghe đến đề tài này đều tỏ lời cảm ơn tôi. "Cảm ơn cô đã đề cập đến chuyện này, vì bản thân tôi không tài nào nói được", "Cảm ơn cô đã nói lên điều mà nam giới chúng tôi tuy có nghĩ đến nhưng lại không thể và không bao giờ nói ra được", "Cảm ơn chị đã nói lên điều hết sức tế nhị, thậm chí là cấm kỵ thay cho cánh đàn ông chúng tôi".

"Điều tôi muốn chỉ là nhìn thấy vợ mình vì quan tâm đến chồng mà biết để ý chăm sóc bản thân!"

MỘT VÀI ĐIỀU TÔI KHÔNG NÓI RA

Ngày nay, hầu như phụ nữ nào cũng có những nỗi lo lắng về hình thể của mình và tôi không có ý thêm dầu vào lửa ở đây! Mỗi ngày, chúng ta không ngừng bị "khủng bố" bởi các thông điệp truyền thông khắp nơi, nào là phải giữ gìn hình thể, nào là phải duy trì vẻ tươi trẻ... May thay, chúng ta không phải sinh ra để làm búp bê Barbie. Những điều lý tưởng hoang đường và phi lý ấy chỉ đẩy phụ nữ đến tình trạng rối loạn tinh thần thường trực cùng các nỗi ám ảnh đau khổ, kém lành mạnh khác. Trong chương này, chúng ta chỉ bàn đến các vấn đề về cân nặng, vóc dáng và diện mạo mà chúng ta có thể cải thiện một cách lành mạnh.

Trước hết, hãy lấy làm vui mừng với thân hình duy nhất của bạn mà tạo hóa đã ban tặng, dù cho đó là một đôi chân gầy gò, một bộ ngực lép kẹp... và hãy tận dụng tất cả Những đường nét đó. Nam giới chẳng mấy quan tâm đến chuyện to hay nhỏ đâu bạn ạ. Ngược lại, nhiều anh khi nói chuyện với tôi còn cho biết, phải chi các cô vợ ở nhà bớt nhạy cảm hơn về hình dáng của mình thì hay biết mấy.

Thứ hai, nếu bạn là người có vòng eo quá khổ và bị cho là thừa cân thì hãy cẩn thận. Rất có thể bạn đang bị ảo tưởng. Chương này không có dụng ý khuyên bạn hãy giảm cân. Nếu những gì tôi đang viết đây khiến bạn cảm thấy đau khổ, hãy tham vấn ý kiến của một người bạn thân hoặc bác sĩ đáng tin cậy.

Thứ ba, chúng ta cần phải chấp nhận mức độ phức tạp và nhạy cảm của vấn đề ngoại hình đối với cả hai giới. Ví dụ, nhiều anh có cảm giác mình "không nên" quan tâm đến chuyện hình dáng nhưng trong thực tế lại rất quan tâm. Nhiều chị cho rằng tình yêu

đích thực chẳng hề dính dáng gì đến các số đo, thế nhưng bản thân chúng ta vẫn muốn mình trông thật quyến rũ. Và trong khi thời còn yêu nhau, chúng ta vui vì anh ấy quan tâm đến ngoại hình của mình thì giờ đây, chúng ta lại cảm thấy giận dỗi vì thói quen đó của anh ấy. (Bạn có thấy đúng là phức tạp như tôi nói không?).

Cuối cùng, xin bạn hãy hiểu cho rằng toàn bộ vấn đề không nằm ở chỗ bạn phải trông thật nhỏ nhắn, "minhon", mà điều quan trọng là bạn thể hiện cho người đàn ông của mình thấy rằng, bạn có nỗ lực chăm sóc bản thân vì điều đó có ý nghĩa quan trọng đối với anh ấy.

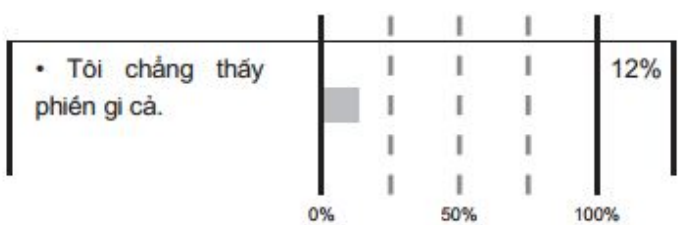
Đến đây, khi đã tự tin và bình tĩnh với đầy thiện chí, mời bạn hãy lắng nghe xem các ông chồng của chúng ta nói gì nhé.

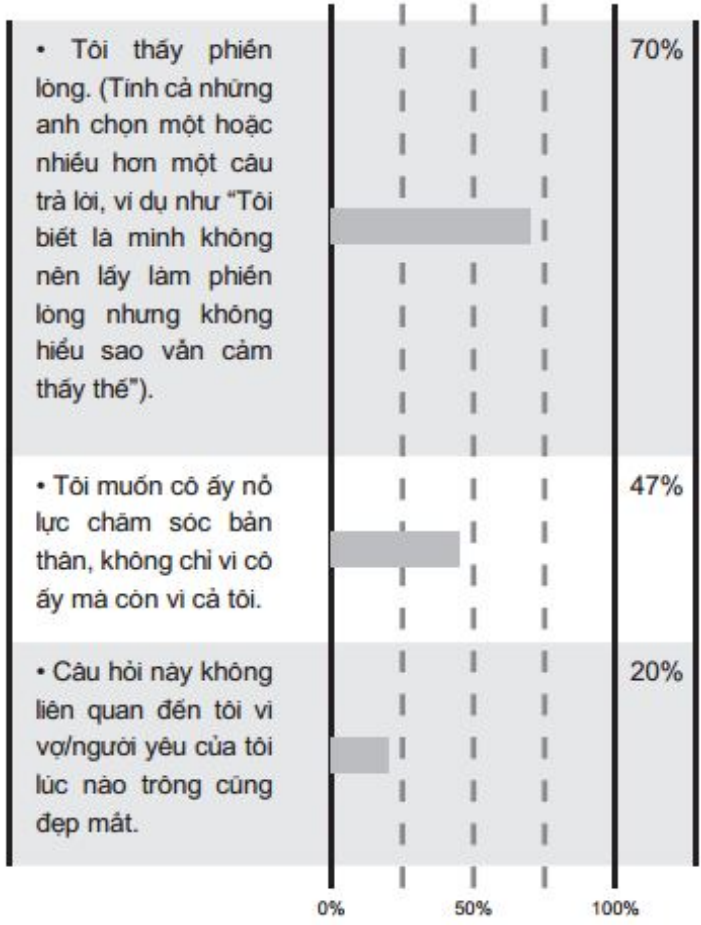
TẤT CẢ ĐÀN ÔNG ĐỀU QUAN TÂM ĐIỀU NÀY

Hầu như đàn ông anh nào cũng quan tâm đến chuyện vợ mình có mất dáng hay không, có nỗ lực thật sự để thay đổi các số đo hay không. Một số anh thì ngán ngẩm thở dài: "Ôi, những ngày xưa tuyệt vời nay còn đâu!", và đối với những anh khác thì đó có thể là tác nhân gây rạn nứt hôn nhân.

Dưới đây là câu hỏi tôi đã đặt ra trong cuộc khảo sát:

Hãy tưởng tượng vợ/người yêu của bạn có vóc người quá khổ, ăn mặc nhếch nhác khi ở nhà và chỉ chải chuốt, trang điểm khi đi ra ngoài. Cô ấy ghét béo phì nhưng lại chẳng làm gì để thay đổi, thậm chí gần đây còn ăn nhiều hơn trước. Liệu bạn sẽ nghĩ gì?




• Tôi thấy phiền lòng. (Tính cả những anh chọn một hoặc nhiều hơn một câu trả lời, ví dụ như "Tôi biết là mình không nên lấy làm phiền lòng nhưng không hiểu sao vẫn cảm thấy thế").
70%
• Tôi muốn cô ấy nỗ lực chăm sóc bản thân, không chỉ vì cô ấy mà còn vì cả tôi.
47%
• Câu hỏi này không liên quan đến tôi vì vợ/người yêu của tôi lúc nào trông cũng đẹp mắt.
20%
0%
50%
100%

Bảy trên mười đàn ông cho biết họ sẽ cảm thấy phiền lòng nếu vợ hoặc người yêu của mình buông xuôi và chẳng chịu nỗ lực để cải thiện tình trạng ấy. Chỉ có 12% đàn ông được khảo sát nói rằng họ không hề cảm thấy gì và ở những người đã lập gia đình hạnh phúc, những người trẻ tuổi hơn hoặc những con chiên ngoan đạo thì con số này càng thấp hơn.

Khi đã hiểu được vấn đề này và bắt đầu nỗ lực để cải thiện bản thân, chồng tôi bắt đầu cảm thấy yên tâm hơn và bắt đầu mạnh dạn khẳng định rằng, hầu hết đàn ông anh nào cũng phải vất vả với vấn đề này. Với vẻ cẩn trọng, anh ấy đã nhẹ nhàng nhắc tôi nhớ lại thói quen ăn bánh vòng phủ sô-cô-la mỗi sáng sau khi sinh bé trai đầu lòng. Anh nói: "Anh biết, nhưng mỗi sáng hễ cứ nhìn thấy mấy cái bánh vòng ấy là bao tử anh lại cồn cào cả lên. Anh nghĩ, chuyện này chẳng bao giờ thay đổi được. Vấn đề không phải là mấy cái bánh vòng, mà là ở chỗ anh nghĩ rằng, có lẽ em

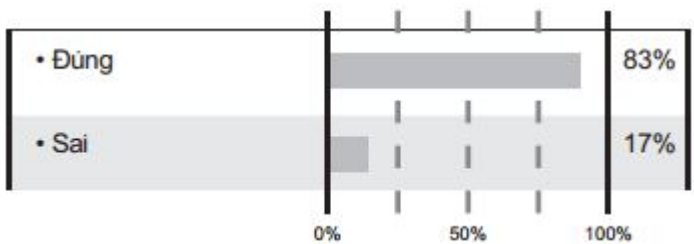
chẳng bao giờ chịu thay đổi thói quen này để lấy lại vóc dáng của mình vì anh".

NỖ LỰC CỦA EM MỚI QUAN TRỌNG NHẤT

Hầu hết phụ nữ chúng ta đều cảm thấy như bị tê liệt khi nghĩ đến hình ảnh các cô gái đôi mươi với vóc dáng mảnh mai không thể tưởng tượng trên ti-vi. Thế nhưng, đã vô vàn lần nam giới nói với tôi rằng, điều quan trọng nhất đối với họ không phải là chuyện vợ mình có mặc lại được bộ áo tắm bikini thời kỳ trăng mật hay không mà là ở chỗ, cô ấy có sẵn lòng chăm sóc bản thân vì họ hay không.

Nhờ vậy, tôi như được động viên và đưa ra một câu hỏi thẳng thắn như sau.

Câu nói sau đúng hay sai? "Tôi muốn vợ/người yêu của mình trông thật quyến rũ và tràn đầy sức sống. Không nhất thiết cô ấy phải trông hệt như ngày mới quen nhau. Điều quan trọng là hiện nay cô ấy có cố gắng chăm sóc bản thân vì tôi".



Kết quả thật khả quan phải không bạn? Rõ ràng, hình dáng cũng quan trọng nhưng điều quan trọng hơn cả vẫn là ý thức và ý muốn cải thiện và chăm sóc bản thân của bạn.

"LÚC HẠNH PHÚC CŨNG NHƯ KHI ĐAU KHỔ"

Hãy nghĩ đến ngày quan trọng nhất trong cuộc đời của mỗi người, khi ta và người yêu cùng nắm tay nhau, long trọng đọc lời thề nguyền sẽ mãi mãi bên nhau, kể cả "lúc hạnh phúc cũng như khi đau khổ". Cũng như ông bà ta đã dạy rằng: "hình thức không quan trọng, cái quan trọng là tấm lòng". Chính vì thế, chúng ta dễ có suy nghĩ rằng "Vẻ bề ngoài không quan trọng".

Nhưng trên thực tế, bề ngoài cũng quan trọng không kém. Và khi chúng ta có vẻ như quên đi sự thật đó, thì những người đàn ông

của chúng ta - dẫu đã từng thề nguyền long trọng khi xưa - cũng bắt đầu cảm thấy nguội dần nỗi khát khao, họ cảm thấy không được tôn trọng và bị tổn thương. Vì thế, hãy cố hiểu vì sao vẻ bề ngoài của bạn lại có thể tác động đến tình cảm của anh ấy nhiều đến thế, ngay cả khi điều này không hề quan trọng đối với bạn.

VÌ SAO NGOẠI HÌNH CỦA BẠN LẠI QUAN TRỌNG ĐẾN THẾ?

Một anh khi đọc dòng tiêu đề trên đã bật ngay ra câu hỏi: "Ý cô là sao?...". Đàn ông thật sự không hiểu vì sao phụ nữ lại có thể đặt một câu hỏi như thế, bởi theo họ, đó là một điều hiển nhiên.

Có lần, tôi tình cờ nghe thấy cuộc nói chuyện giữa chồng mình và anh bạn Calvin. Jeff đang kể cho Calvin nghe về chuyện Ted đã giúp tôi nảy ra đề tài cho chương này và tôi rất ngạc nhiên trước những gì mình nghe thấy:

- Tôi thật ngạc nhiên hết sức khi nghe cô ấy nói rằng, cuộc nói chuyện với anh chàng ấy thật tuyệt vời, nó khiến cô ấy khám phá bao điều mới lạ. Tôi tự nghĩ, không lẽ trước nay cô ấy không hề biết những chuyện đó? - Jeff kể.

- Phụ nữ họ biết chuyện đó là quan trọng, nhưng không hình dung được vai trò chính yếu của chúng ra sao cả! - Calvin đáp.

Thế thì, ngoại hình có vai trò chính yếu ra sao đối với nam giới? Hãy nghe họ tâm sự:

"KHI EM BIẾT CHĂM SÓC BẢN THÂN, ANH CẢM THẤY MÌNH ĐƯỢC YÊU!"

Do nam giới là những người "yêu bằng mắt" nên khi nhìn thấy phụ nữ chúng ta chăm chút cho vẻ bề ngoài của mình, họ cảm thấy được yêu thương và quan tâm. Điều đó cũng tương tự như khi các ông chồng cố làm điều gì đó để chị em phụ nữ chúng ta cảm thấy mình được yêu thương, đặc biệt nếu đó là những việc khó khăn, đòi hỏi nhiều nỗ lực cố gắng hoặc trái ngược với bản tính tự nhiên của họ.

Một ông chồng nhận xét chân thành như sau: "Vợ tôi hiện đang cố gắng để trở nên mảnh mai hơn, điều đó khiến tôi rất vui. Tôi vẫn biết những gì cô ấy đang làm là cho bản thân cô ấy, nhưng việc cô ấy biết chăm sóc đến bản thân khiến mọi chuyện hoàn toàn khác đi. Sự thật là như thế! Lúc nào tôi cũng nói với cô ấy rằng, tôi hoan nghênh nỗ lực của cô ấy biết bao".

Bởi đây là vấn đề mang tính tối thượng đối với nam giới, nên những nỗ lực của chị em phụ nữ chúng ta - hoặc là thái bộ buông xuôi của chúng ta - sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến suy nghĩ của họ về chuyện chúng ta có biết yêu quý và chăm sóc bản thân hay không. Nếu bạn vẫn chưa tin rằng, đối với nam giới kết quả không quan trọng bằng nỗ lực của bạn đã bỏ ra thì đây, tôi xin đặt một câu hỏi làm phép so sánh đơn giản để bạn có thể hiểu rõ hơn: Nếu chồng bạn cố gắng hết sức để tổ chức một buổi tiệc lãng mạn cho bạn, bạn có phiền lòng không nếu buổi tiệc đó không được hoàn hảo lắm?

Nếu vào ngày sinh nhật, bạn đi làm về và chợt nhận ra rằng anh ấy đã gửi bọn trẻ sang nhà ông bà, đã dọn dẹp phòng ốc và cất công nấu bữa tối thịnh soạn thì liệu bạn có để ý đến món thịt bê nấu quá lửa không? Dĩ nhiên là không. Ngược lại, bạn hoàn toàn cảm thấy mình được yêu thương, được quan tâm hết mực.

Với anh ấy cũng thế. Nếu bạn cố gắng mỗi tuần đi bộ ba lần, ngay cả ở nhà cũng chịu khó trang điểm nhẹ nhàng và hạn chế bớt những món ngọt ưa thích để giải quyết vài cân trọng lượng thừa sau khi sinh con, anh ấy sẽ không quan tâm đến chuyện bạn có thể phải mất hàng tháng trời mới đạt được số cân mong muốn. Anh ấy sẽ trân trọng những cố gắng mà bạn đã làm vì anh ấy. Anh ấy sẽ cảm thấy mình được yêu thương và quan tâm.

Anh ấy sẽ trân trọng những cố gắng mà bạn đã làm vì anh ấy. Anh ấy sẽ cảm thấy mình được yêu thương và quan tâm.

“KHI EM KHÔNG BIẾT CHĂM SÓC BẢN THÂN, ANH CẢM THẤY MÌNH VÔ GIÁ TRỊ VÀ KHÔNG ĐƯỢC YÊU THƯƠNG.”

Liệu người đàn ông sẽ cảm thấy thế nào khi người mà anh ta cưới về làm vợ trở nên khác hẳn với người mà anh ta đã từng theo đuổi? Sau khi đã xoay quanh đề tài này trên những bài báo của mình, một thanh niên 27 tuổi đã viết cho tôi về chuyện vợ của những người bạn anh ta cứ tăng cân vùn vụt kể từ ngày cưới:

“Những người vợ đó phải hiểu rằng, tình trạng tăng cân gấp đôi của họ cũng giống như việc một người đàn ông đổi từ vị trí mũi nhọn của một tập đoàn sang làm anh chàng chạy việc vặt với đồng lương tối thiểu nhưng lại cho rằng điều đó chẳng hề ảnh hưởng gì đến vợ mình! Hình thức vì thế là một phần quan trọng đối với hạnh phúc trong hôn nhân. Một số bạn bè của tôi rất yêu vợ nhưng không cảm thấy hạnh phúc, phần lớn là vì lý do ấy”.

Và việc mất vóc dáng không chỉ ảnh hưởng đến vấn đề ngoại hình. Bạn hãy nhớ lại xem, đàn ông vốn thích đưa vợ ra ngoài để tham gia các hoạt động xã hội vì qua đó, họ cảm nhận được sự gắn kết giữa hai người. Tôi thường xuyên được nghe nam giới tâm sự rằng, họ sẽ cảm thấy buồn biết mấy nếu vợ mình thiếu năng lượng hoặc không muốn tham gia các trò vui chung. Một anh viết thế này: "Cô ấy là một phụ nữ xinh đẹp nhưng lại không biết chăm sóc đến bản thân nên tự ti về hình dáng của mình, lại thiếu sức sống thế nên chúng tôi buộc phải hạn chế các cơ hội vui chơi của cả hai như đi bơi, đi thuyền trên hồ, đi biển…".

Đâu đó, vấn đề này cũng tương tự như nhu cầu về sự lãng mạn của phụ nữ chúng ta. Có thể chúng ta không nên lấy làm quan trọng chuyện anh ấy có nỗ lực để tạo lãng mạn trong cuộc sống hay không. Thực tế lại là có. Tuy vẫn yêu anh ấy, nhưng điều đó vẫn không khỏa lấp được cảm giác buồn trống rỗng trong lòng vì chúng ta cứ tự hỏi tại sao nam giới không thể hiểu được điều đó quan trọng đến thế nào với phụ nữ?!

Nam giới cũng cảm nhận tương tự về chuyện hình thức của phụ nữ, hay ít nhất là về nỗ lực chăm sóc bản thân của chúng ta. Chúng ta nhất thiết phải hiểu được rằng, nỗi khát khao sau đây của nam giới là chính đáng và có thực.

"Khi em biết quan tâm chăm sóc bản thân, thì ít ra chuyện em muốn "anh chỉ ngắm một mình em thôi" cũng công bằng hơn (và dễ thực hiện hơn nữa!)."

Mong bạn hãy yên tâm, vì chính nam giới cũng phải đối diện với một khó khăn lớn không kém khi phải cố gắng làm ngược lại bản tính tự nhiên của mình để làm vui lòng bạn trong cuộc sống.

Một anh đã giải thích về điều này như sau:

"Nam giới chúng tôi cần phải được thấy rằng phụ nữ chỉ muốn chồng quan tâm đến mình chứ không phải những cô gái khác. Nhiều khi, để làm được điều đó chúng tôi buộc phải cố gắng rất nhiều. Cũng như chúng tôi cần được thấy rằng về phần mình các bà vợ luôn sẵn lòng làm mọi thứ để gìn giữ vóc dáng và sắc đẹp của mình".

"ANH MUỐN (VÀ CẦN) ĐƯỢC TỰ HÀO VỀ EM."

Một số ông chồng nói với tôi thế này: "Tôi muốn cảm thấy tự hào về vợ mình. Bẩm sinh đàn ông là luôn cạnh tranh với những người đàn ông khác và vợ cũng là một yếu tố để cạnh tranh. Mọi

đàn ông đều muốn bạn bè cùng giới nghĩ rằng họ làm tốt mọi chuyện".

Đến đây, tôi sắp sửa chia sẻ cùng bạn một điều hơi khó nghe. Lời nhận xét dưới đây là của một người bạn thân mà tôi hoàn toàn tin cậy. Sở dĩ tôi phải nói thế là vì đó là suy nghĩ thật sự của nam giới, nó sẽ tạo ra một sự khác biệt hoàn toàn. Bạn tôi đã nhận xét thẳng thắn như sau:

"Đôi khi tôi gặp một anh chàng cũng bình thường như bao người khác. Nhưng nếu vợ anh ta là một người dễnh dàng, to lớn và ăn mặc luộm thuộm, tôi sẽ cảm thấy thương hại cho anh ta ngay. Nghe có vẻ khó chịu đấy, nhưng quả thật tôi sẽ cảm thấy chạnh lòng giùm anh ta.

Nhưng thỉnh thoảng tôi cũng gặp những anh chàng có vợ rất to béo nhưng lại biết chăm sóc bản thân mình.

Cô ấy tỏ ra có cố gắng chăm chút cho bề ngoài của mình. Cô ấy ăn mặc tươm tất, trang điểm và chải tóc nền nã, gọn gàng. Sự tự tin, thoải mái của cô ấy với hình thức của mình khiến bạn bỗng không còn chú ý đến khuyết điểm của cô ấy nữa. Bạn sẽ nhìn anh chồng và nghĩ thầm, anh này khá đấy!".

Tôi cảm thấy lúng túng trước sự thật có vẻ mâu thuẫn này và phải nhờ Jeff để tháo gỡ vấn đề. Liệu yếu tố nào mới là quan trọng hơn, ngoại hình hay sự tự tin?

"Thật ra, sự thật vẫn là nam giới bị thu hút bởi cái đẹp". Jeff nói: "Nhưng cái đẹp chỉ là một phần của cái tổng thể, vốn là điều quan trọng nhất!".

Thấy tôi vẫn chưa hiểu, Jeff bèn suy nghĩ vài phút rồi nhắc đến hai người phụ nữ đã có gia đình mà chúng tôi đều biết. Một người rất mảnh mai, yểu điệu với mái tóc hoe vàng và tính cách trẻ trung, đầy sức sống. Một người đã trung niên, không còn mảnh mai nhưng lại có tính cách dịu dàng, tự tin và một cái đầu nhạy bén. Jeff giải thích: "Tuy bề ngoài hoàn toàn khác nhau nhưng cả hai đều hấp dẫn như nhau. Thậm chí là đều hấp dẫn về hình thể. Anh nghĩ cả hai ông chồng của họ đều đã thành công!".

"EM PHẢI BẮT ĐẦU TỪ ĐÂU?"

Nếu bạn cảm thấy mình đang gặp vấn đề về ngoại hình nhưng vẫn muốn lắng nghe ý kiến của anh ấy xem thế nào thì tôi xin thật lòng khuyên bạn một điều đơn giản rằng, không nên!

Phần lớn nam giới rất ngại nói về chuyện tế nhị này vì hầu hết họ vẫn biết đối với chị em phụ nữ chúng ta, đây là vấn đề nhạy cảm và khó chịu. Thử nghĩ xem, nếu chồng bạn đem chuyện này ra nói, cho dù là có cố gắng nhẹ nhàng đến đâu đi nữa, thì bạn sẽ thấy thế nào? Có thể bạn sẽ phản ứng giống tôi ngày trước là bật khóc.

Chỉ bấy nhiêu thôi cũng đủ làm cho anh ấy cảm thấy không thoải mái và phiền lòng nên họ sẽ không bao giờ nhắc lại chuyện đó nữa. Một anh đã từng trải nghiệm việc này cho biết: "Tôi biết nếu nói chuyện này ra sẽ khiến vợ mình cảm thấy bị tổn thương. Thế nên tôi thà hy sinh hạnh phúc của mình để tránh cho cô ấy cảm giác không vui!".

Anh ấy có thể sẽ không hoàn toàn nói thật suy nghĩ của mình, dù bạn rất sốt sắng muốn biết sự thật. Thay vào đó, bạn hãy lấy nguyên tắc này của Jeff để làm kim chỉ nam thì tốt hơn cả (một lần nữa, chồng tôi lại tỏ ra thật hữu ích!). Nguyên tắc này cũng được rất nhiều nam giới đồng tình khi tôi hỏi ý kiến trong các cuộc phỏng vấn, đó là "Nếu trong thực tế, bạn không hài lòng với hình dáng nói chung của mình, thì cứ tin là anh ấy cũng không vui đâu!".

Đừng bắt anh ấy phải nói ra điều đó, vì bạn lẫn vì tương lai của mối quan hệ. (Và vì bạn, hãy chú ý đến hai từ thực tế và nói chung nêu trên! Ở đây, chúng ta không bàn đến những chị em có dáng người cân đối, gọn gàng nhưng vẫn cố gắng để giảm thêm vài cân hoặc không yên tâm khi nghĩ đến tương lai).

Đàn ông sẽ vô cùng mệt mỏi và đau khổ khi phải sống với một người phụ nữ không ngừng kêu ca về ngoại hình của mình nhưng chẳng bao giờ chịu làm một việc gì để cải thiện tình trạng đó. "Nếu cô ấy muốn trông mình đẹp ra thì phải làm một điều gì đó chứ, đâu thể chỉ ngồi đó mà than phiền suông được!". Đó là nhận xét chung của các anh mà tôi thu nhận được.

Có thể, bạn sẽ đầu hàng trong tuyệt vọng. Vì tuy biết rằng bản thân phải nỗ lực rất nhiều, bạn vẫn cảm thấy hạnh phúc hơn nếu nhận được sự ủng hộ từ những người khác, mà cụ thể ở đây chính là từ anh ấy.

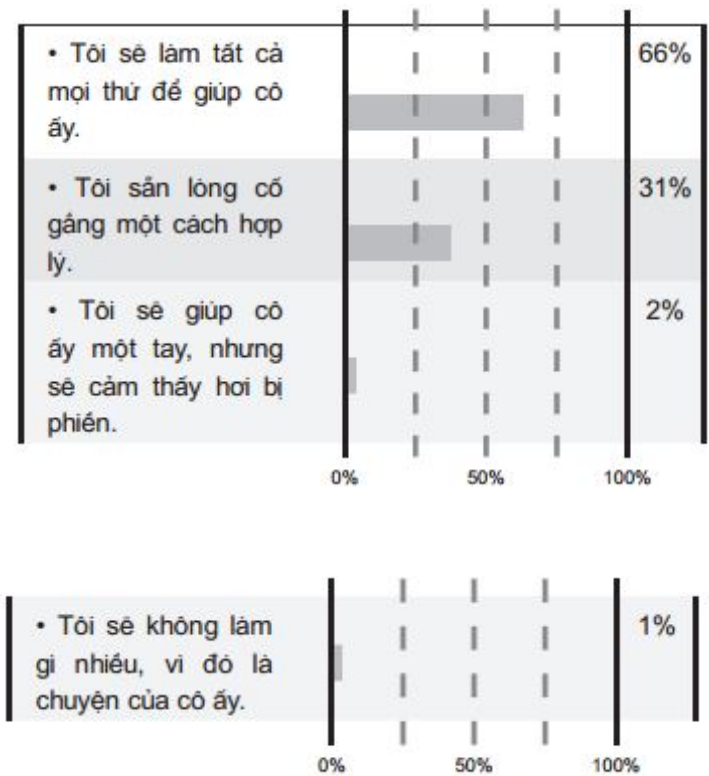
Hãy yên tâm, một khi đã quyết định sẽ bắt tay vào việc, bạn sẽ nhận ra rằng mình không hề đơn độc trong cuộc chiến lấy lại ngoại hình đẹp mắt ấy. Bạn có biết không, người quan tâm nhiều nhất đến ngoại hình của bạn cũng sẽ chính là người góp phần

nhiều nhất vào việc giúp bạn đạt được mục tiêu ấy. Đó là người bạn đời của bạn. Sau đây là một số điểm rất đáng mừng mà bạn cần biết:

TIN VUI THỨ NHẤT: ANH ẤY MUỐN GIÚP ĐỠ BẠN

Hầu hết những người đàn ông mà tôi trò chuyện đều cho biết họ sẵn sàng làm mọi thứ để giúp vợ mình thực hiện nỗ lực. Điều đó được khẳng định mạnh mẽ qua cuộc khảo sát dưới đây:

Hãy tưởng tượng vợ/người yêu của anh có thân hình quá khổ và thật sự mong muốn sẽ giảm cân vì anh. Nhưng cô ấy có quá nhiều việc phải làm: ban ngày bận bịu công việc còn ban đêm thì phải chăm sóc lũ trẻ. Khi đó, anh sẽ cảm thấy mình cần phải có những trách nhiệm, nỗ lực hay hỗ trợ tài chính như thế nào để giúp cô ấy thực hiện được những việc cần thiết nhằm lấy lại vóc dáng?


• Tôi sẽ làm tất cả mọi thứ để giúp cô ấy.
66%
• Tôi sẵn lòng cố gắng một cách hợp lý.
31%
• Tôi sẽ giúp cô ấy một tay, nhưng sẽ cảm thấy hơi bị phiền.
2%
0%
50%
100%
• Tôi sẽ không làm gì nhiều, vì đó là chuyện của cô ấy.
1%
0%
50%
100%

Chỉ có 4 trên 400 người đàn ông nói rằng họ không sẵn lòng giúp vợ, nghĩa là rất nhiều khả năng chồng bạn hoàn toàn không thuộc nhóm đó. Còn lại, đến 97% nam giới trả lời rằng họ "sẵn lòng"

giúp vợ/người yêu để lấy lại vóc dáng cân đối.

Chồng tôi nêu ra một sự so sánh về tuổi trẻ như sau: "Em thấy đó, hồi chúng ta còn trẻ, bọn con trai các anh suốt ngày lo chơi đá banh này nọ, nhưng chỉ cần bọn con gái các em muốn đến salon để làm đẹp chẳng hạn là bọn anh sẵn sàng ngưng hết mọi việc để đưa đi ngay. Thậm chí các anh còn đưa tiền để các em đi làm đẹp! Đó là niềm vui lớn nhất của các anh. Bây giờ cũng thế, đàn ông các anh vẫn luôn sẵn lòng giúp vợ làm đẹp. Điều thay đổi duy nhất là thời gian biểu mỗi ngày của chúng ta. Nhưng dù là như thế, đàn ông vẫn có thể thu xếp để làm tất cả những gì có thể nếu phụ nữ thật sự muốn cải thiện ngoại hình của mình!".

Có thể là anh ấy sẽ trông bọn trẻ buổi tối để bạn có thời gian đến lớp tập thẩm mỹ. Có thể anh ấy sẽ không mua về những món dễ gây béo. Có thể anh ấy sẽ vào bếp để bạn khỏi phải nấu những món người ăn kiêng cần tránh. Hoặc có thể anh ấy sẽ cùng bạn ăn kiêng chẳng hạn. (Jeff thừa nhận rằng, nhiều lần anh ấy đã ăn kiêng nhằm lôi kéo tôi ăn kiêng theo anh ấy!).

Hãy nhớ rằng, một khi biết quan tâm và có cố gắng thật sự để cải thiện ngoại hình của bạn, bạn có thể mong đợi một tình cảm ngày càng tốt đẹp hơn từ chồng mình.

TIN VUI THỨ HAI: CÁCH MẠNG KHOA HỌC VỀ DINH DƯỠNG LUÔN HỖ TRỢ BẠN

Nhiều năm liền, tôi luôn cố gắng ăn kiêng dưới ánh nắng mặt trời để rồi lại từ từ trông thấy số cân gia tăng trở lại trong tuyệt vọng! Nhưng giờ tôi nhận ra rằng, tất cả những kiến thức mình biết về chuyện ăn uống lành mạnh là không đúng. Chẳng trách vì sao hiệu quả không kéo dài được lâu! May thay, ngày nay khoa học đã có một cuộc cách mạng thực sự về vấn đề ăn uống của nhân loại (chẳng hạn như ăn những chất béo có lợi và tránh Những chất có hại). Quả thật, một hiểu biết đúng về dinh dưỡng sẽ giúp bạn có được một phong cách sống hoàn toàn mới.

Không có sự hiểu biết đó chẳng khác nào chúng ta không ngừng phá hủy công trình nỗ lực của bản thân năm này sang năm khác. Đáng mừng là ngày nay có rất nhiều quyển sách hữu ích với đầy đủ thông tin cần thiết giúp phụ nữ duy trì được chế độ ăn uống lành mạnh, hợp lý và từ đó gìn giữ được hình thể, vóc dáng cân đối dài lâu. (Về cá nhân, tôi cảm thấy mình có thể duy trì thói quen ăn uống khoa học đã học được từ quyển The Sough Beach Diet của Bác sĩ, Giáo sư tim mạch Arthur Agaston).

TIN VUI THỨ BA: ƠN TRÊN SẼ GIÚP BẠN

Hẳn đến đây bạn đang cảm thấy choáng vì quá nhiều thông tin và nhiều thứ cần phải làm. Nhưng không sao đâu bạn ạ! Ơn trên sẽ giúp bạn có được nghị lực và khả năng đối diện với vấn đề này một khi bạn đã nhận thấy điều mình cần phải.

Giờ đây, khi đã nhận ra tầm quan trọng của nỗ lực chăm sóc bản thân mình đối với chồng (cũng như nếu tôi không cố gắng, anh ấy sẽ buồn lòng ra sao), bạn không tưởng tượng được nó đã giúp thay đổi động lực trong tôi đến thế nào đâu! Tôi có cảm giác Ơn trên đã ban cho tôi ước muốn cải thiện vóc dáng để cứu rỗi anh ấy cũng như cuộc hôn nhân của chúng tôi thông qua động lực duy trì cuộc sống lành mạnh vĩnh viễn. Và tôi tin rằng Người cũng sẽ ban cho bạn điều đó.

Tôi hy vọng chương này thực sự mang đến cho bạn những điều bổ ích và một niềm tin mãnh liệt rằng bạn sẽ thành công trong việc cải thiện và duy trì vóc dáng và nhan sắc của mình nếu bạn thật sự muốn thế. Và bên bạn luôn có sự hiện diện và giúp đỡ của Ơn trên, Người luôn yêu thương bạn dù bạn có khiếm khuyết đến thế nào.

Chương 9
những PHẦN THƯỞNG DÀNH CHO BẠN

Điều anh ấy muốn bạn hiểu nhiều nhất

Thế là chúng ta đã đi gần hết cuộc hành trình tìm hiểu về thế giới nội tâm của nam giới. Nhưng trước khi nói đến phần kết và cũng là phần quan trọng nhất của hành trình này, tôi muốn chia sẻ cùng bạn đôi điều xuất phát từ trái tim tôi trong vai trò là người đồng hành cùng bạn xuyên suốt quyển sách này.

Có thể một số chị em phụ nữ chúng ta cảm thấy bị thử thách trước những gì vừa khám phá. Những thực tế đó có thể không phù hợp với lý tưởng hoặc trái ngược với các quan điểm bấy lâu của chị em chúng ta về nam giới. Chúng ta có thể giữ lấy những suy nghĩ an toàn, vững chắc bấy lâu ấy hoặc can đảm đối diện với sự thật và thay đổi bản thân mình, đó là quyền lựa chọn của mỗi chúng ta.

Tuy nhiên, chúng ta có thể chọn chấp nhận sự thật và thay đổi bản thân để trưởng thành hơn, để trở thành Những người phụ nữ mạnh mẽ, mềm mỏng và thánh thiện mà các anh ấy cần. Thượng đế sẽ giúp chúng ta làm được điều đó, bởi Người tạo ra chúng ta là để cho nhau và bởi Người là tác giả của tình yêu.

Và điều đó đã dẫn dắt tôi đến điểm cuối cùng này của cuộc hành trình của chúng ta: Sự thật quan trọng nhất mà bạn cần biết về thế giới nội tâm của nam giới chính là câu trả lời đã khiến tôi ngạc nhiên nhất qua cuộc khảo sát:

CÂU TRẢ LỜI ĐÁNG NGẠC NHIÊN NHẤT

Tôi đã đưa ra một câu hỏi mở và khuyến khích nam giới trả lời tùy

theo mức độ cảm nhận của họ như sau:

Nếu có một điều mà anh mong muốn vợ/người yêu của mình hiểu nhất những lời cảm thấy không thể giải thích hay nói ra, đó là điều gì?

Hàng trăm câu trả lời cùng nói lên điều duy nhất này:

Tôi yêu cô ấy biết bao!

Tôi sững cả người trước câu trả lời này. Quả thật, đây là một cơ hội để nam giới thổ lộ những điều mà họ giấu kín trong lòng vì muốn câm nín. Thế mà, tỷ lệ câu trả lời lớn nhất lại rơi vào nội dung "Tôi yêu cô ấy biết bao."

Khi tôi kể với một người đồng nghiệp về nỗi ngạc nhiên của mình, anh cho biết: "Đàn ông chúng tôi thường mang trong lòng một ước ao thầm kín là nói ra những từ kỳ diệu đó, nhưng thường chúng tôi lại không làm được điều đó".

Đàn ông rất muốn thể hiện tình yêu của mình và mong sao phụ nữ có thể hiểu được những gì họ đang cảm nhận dù đôi khi, họ không thể diễn đạt thành lời.

Nhiều lần, tôi đã từng chứng kiến một số ông chồng cảm động đến rơi cả nước mắt khi đọc bản thảo của quyển sách này vì nghĩ rằng vợ họ sẽ thực sự thấu hiểu được họ.

VÀ, ĐÂY LÀ 5 ĐIỀU QUAN TRỌNG NHẤT MÀ BẠN CẦN HIỂU VỀ ANH ẤY

Từ các kết quả khảo sát ở những chương trước, tôi muốn tóm lược lại dưới đây năm điều quan trọng nhất mà bạn cần biết để có thể hiểu hơn về người đàn ông của đời mình (theo trình tự quan trọng đi từ thấp đến cao):

• 10% - "Tôi muốn cô ấy hiểu được gánh nặng phải trở thành người trụ cột trong gia đình/nỗi vất vả trong công việc của tôi."

• 10% - "Tôi cần được thỏa mãn tình dục nhiều hơn."

• 15% - "Tôi cần được tôn trọng nhiều hơn, cả ở chốn đông người lẫn trong gia đình."

• 18% - "Tôi muốn cô ấy nỗ lực chăm sóc bản thân nhiều hơn."

Và điều chiếm giữ tỷ lệ cao nhất là…

• 32% - "Tôi muốn cô ấy biết rằng tôi yêu cô ấy biết bao!"

Rõ ràng, một câu trả lời với tỷ lệ đồng thuận cao như thế là một điều thật thú vị và đáng ngạc nhiên.

"TÔI YÊU CÔ ẤY BIẾT BAO!"

Cho tôi xin được kết lại quyển sách này bằng những nhận xét đầy yêu thương mà tôi đã ghi nhận được trong quá trình khảo sát. Chúng ta đã tìm hiểu rất nhiều về Những điều mà người đàn ông của chúng ta có thể cần nhưng lại chưa đề cập, cho đến những gì mà bạn và tôi muốn nói ra. Lẽ dĩ nhiên, điều mà phụ nữ chúng ta mong đợi chính là tình yêu. Và nếu anh ấy cũng giống như phần đông những người đàn ông khác, hẳn dưới đây cũng có thể là những điều mà anh ấy mong muốn nói ra nhưng vì một lý do gì đó chưa thể hiện được:

"Điều tôi muốn vợ mình hiểu nhiều nhất là..."

• "Sau nhiều năm chung sống, tôi muốn cô ấy hiểu rằng cô ấy chính là hy vọng lớn nhất của đời tôi. Có thể chúng tôi không có tất cả những của cải vật chất mình mong đợi, nhưng cuộc sống vẫn còn nhiều điều hơn thế. Tôi hy vọng vợ tôi hiểu rằng, tôi mãi mãi yêu cô ấy và nâng niu tình bạn của cả hai."

• "Ngay cả những lúc gian nan nhất, cô ấy vẫn làm tôi cảm thấy hạnh phúc biết bao!"

• "Tôi yêu và trân trọng cô ấy biết bao!"

• "Tôi rất yêu cô ấy!"

• "Tôi quan tâm đến cô ấy thực sự!"

• "Tôi thương yêu và quan tâm đến cô ấy và các con biết bao!"

• "Cô ấy có ý nghĩa rất lớn đối với tôi!"

• "Với tôi, cô ấy là một người vô cùng tuyệt vời."

• "Tôi rất hạnh phúc với vợ mình... Có thể cô ấy chưa phải là một người hoàn hảo trước mọi người, nhưng cô ấy hoàn hảo trong mắt tôi."

• "Tôi có một người vợ và cuộc hôn nhân tuyệt vời!"

• "Quan hệ giữa chúng tôi thật tuyệt vời và chúng tôi hoàn toàn có

thể trò chuyện, chia sẻ với nhau. Tôi không bao giờ muốn đánh đổi một điều gì cả!"

• "Tôi yêu và chỉ yêu một mình cô ấy. Mối quan hệ của chúng tôi dẫu có chưa hoàn hảo cũng không quan trọng, tình yêu của tôi dành cho cô ấy sâu sắc đến nỗi chẳng gì có thể phá vỡ nó."

• "Tôi yêu vợ mình và chỉ muốn sống mãi bên cô ấy."

• "Anh yêu em. Xin hãy hiểu cho anh và cố gắng vì điều đó."

• "Anh yêu em với tất cả tấm lòng!"

• "Tôi ước gì cô ấy có thể hiểu rằng tôi trân trọng tất cả con người cô ấy biết bao - sự thông minh, vẻ đẹp, năng lực bản thân, sức hấp dẫn, sức sáng tạo, lòng bao dung và đức tính tử tế. Dường như mỗi ngày, cô ấy đều tìm thấy ở mình một đức tính nào đó để tự tin hơn trong cuộc sống. Tôi ước gì cô ấy cũng tự tin vào bản thân mình như tôi tin ở cô ấy!"

• "Tôi muốn cô ấy hiểu rằng, mỗi ngày tôi đều hết lòng yêu cô ấy và sẵn sàng làm tất cả những gì có thể để giữ cho tình yêu đó sống mãi!"

"Mỗi ngày tôi đều hết lòng yêu cô ấy và sẵn sàng làm tất cả những gì có thể để giữ cho tình yêu đó sống mãi!"

• "Tôi là một người nhạy cảm vốn yêu nồng nàn trong tình yêu và cũng muốn được yêu sâu đậm. Và, tôi chỉ có một mong muốn là phục vụ cô ấy suốt đời."

• "Tôi yêu cô ấy nhiều hơn cô ấy vẫn nghĩ."

• "Tôi yêu cô ấy, bất chấp mọi thứ."

• "Cô ấy là người quan trọng nhất trong cuộc đời tôi."

• "Cô ấy chính là nguồn sáng của đời tôi."

• "Chúng tôi đã gắn bó với nhau trong một thời gian dài và tôi hy vọng cô ấy hiểu rằng lúc nào tôi cũng yêu cô ấy."

NIỀM AO ƯỚC CỦA MỌI NGƯỜI ĐÀN ÔNG

Thay cho lời kết, một anh đã nói lên một điều có ý nghĩa động viên to lớn đối với những chị em có mong muốn giúp người mình yêu phát huy các bản tính tốt đẹp mà tạo hóa đã ban cho anh ấy:

“Câu nói ‘Đằng sau mỗi người đàn ông thành đạt là bóng dáng của một phụ nữ tuyệt vời’ là vô cùng chính xác. Nhiều người đàn ông trở nên tầm thường chỉ vì vợ của họ không biết cách hỗ trợ và giúp họ đạt được những điều lớn lao. Và, cũng có những người đàn ông tầm thường đang trở thành vĩ đại nhờ có sự ủng hộ hết lòng và tình yêu của vợ. Vợ tôi luôn mong đợi những điều lớn lao ở tôi, dù tôi có là một người đàn ông bình thường. Cô ấy xem tôi như một thiên tài trong lĩnh vực của tôi. Cô ấy tôn trọng tôi trước mọi người và luôn khẳng định giá trị cá nhân tôi. Tôi yêu cô ấy. Và cũng giống như mọi người đàn ông khác, tôi muốn mình đạt được những kỳ vọng của cô ấy”.

Hy vọng rằng, những dòng chia sẻ của người đàn ông này cùng những gì bạn đã đọc được trong các chương trước sẽ giúp bạn tự tin hơn trong cuộc sống. Chúc bạn có một góc nhìn thật mới mẻ về người đàn ông của đời mình và luôn thấu hiểu anh ấy trong niềm hy vọng, sự tự tin, hòa hợp. Chúc cho tình yêu của các bạn mãi mãi thăng hoa.

ĐÔI LỜI NÓI THÊM CÙNG ĐỘC GIẢ

Nếu đọc đến đây, bạn cảm thấy những gì tôi đã chia sẻ cùng bạn là hữu ích và mong muốn tìm hiểu nhiều hơn để gìn giữ và phát huy một cuộc sống hạnh phúc, xin mời bạn truy cập vào trang web www.4-womenonly.com Ở trang web này, bạn sẽ tìm thấy toàn bộ dữ liệu các cuộc khảo sát mà tôi đã tiến hành để viết quyển sách này (bao gồm cả hàng trăm lá thư của nam giới tham gia gần xa) mà tôi không có dịp trình bày ở đây.

Thêm vào đó, tôi cũng xin được giới thiệu cùng bạn một nội dung mới không kém phần hấp dẫn của giáo sư Emerson Eggerichs trong trang web của ông mang tên www.loveandrespect.com, nơi bạn sẽ học được cách làm thế nào để bày tỏ sự tôn trọng của mình đối với người bạn đời theo cách anh ấy mong muốn cũng như giúp anh ấy biết cách thể hiện tình yêu mà bạn khao khát.

LỜI CẢM ƠN

Để viết được quyển sách này, tôi đã nhận được sự giúp đỡ và ý kiến của hàng trăm người. Do trang sách có hạn nên tôi khó có thể liệt kê toàn bộ danh sách ấy, tận đáy lòng tôi xin gửi đến tất cả những ai đã giúp tôi hoàn thành quyển sách này lời cảm ơn sâu sắc nhất. Tuy nhiên, tôi cũng xin đặc biệt cảm ơn một số nhân vật và tổ chức sau đây:

• Chuck Cowan của Analytic Focus (www.analyticfocus.com), người đã giúp tôi phác thảo hai cuộc khảo sát đầu tiên vốn là nền tảng của quyển sách này. Cindy Ford, Cari Peek, Kevin Sharp cùng các thành viên nhóm Decision Analyst (www.decisionanalyst.com) Tôi cũng rất biết ơn các bạn ở Multnomah, đặc biệt là Cathy Zerbe và Darrell Need vì đã giúp tiến hành cuộc khảo sát. Cũng xin được cảm ơn Reg Rhodes về những giúp đỡ ban đầu của cuộc khảo sát.

• Toàn thể các bạn đã nhiệt tình và chân thành tham gia những cuộc phỏng vấn, khảo sát mà vì lý do bảo mật tôi xin được phép không nêu ra đây. Xin cảm ơn giáo sư Emerson Eggerichs từ Love and Respect Ministries (www.loveandrespect.com), Daniel Weiss từ Focus on the Family, Kent Ruettgers cùng những người đã được nêu tên trong quyển sách này đã sẵn lòng chia sẻ những suy nghĩ và nhận xét cùng tôi.

• Các cộng sự đã tích cực giúp tôi hình thành quyển sách này với những ý kiến cố vấn hữu ích. Xin được gửi lời cảm ơn đến: Jeff - chồng tôi; Calvin Edwards - đại diện nhà xuất bản; các biên tập viên của tôi như Dave và Heather Kopp, Bill Jensen, Don Jacobson và Jennifer Gott. Ngoài ra, xin đặc biệt cảm ơn ba mẹ tôi là Dick và Rudy Reidinger, anh trai Rick của tôi cùng "nhóm độc giả" nam nữ đầu tiên của quyển sách này như Lisa và Eric Rice, D. J. Snell, Nancy French, Sean và Alison Darrell, Julie Anne Fidler, Bruce và Sue Osterink cùng những người khác.

• Cuối cùng, không gì có thể nói hết lời cảm ơn của tôi dành cho Jeff, chồng tôi. Jeff yêu dấu, những chia sẻ, động viên, lời cầu nguyện và sự hỗ trợ vững chắc của anh đã giúp em cho ra đời nhiều quyển sách và bài viết khác nhau nhưng chưa bao giờ dấu ấn đóng góp của anh lại to lớn như trong quyển sách này. Anh là một hình mẫu người chồng tuyệt vời và điều đó càng khiến em cảm thấy biết ơn Chúa biết bao vì Người đã mang chúng ta đến với nhau.